15 IX 37 CENA 30 GR

SPORT POLSKI

ROK I TYGODNIK Nr 3



Polska — Dania 3 : 1. Szczepaniak ratuje główką po nieostrożnym wybiegu bramkarza Foto Jan Ryś

W numerze: Dr Mielech o meczu Polska — Dania, St. Petkiewicz o zaprawie biegacza, Edward Ran o treningu pięściarza, płk. Ziętkiewicz o obyczajach w sporcie.

W POGONI ZA REKORDEM

Rekordy, rekordziści, rekordomania, blaga, płycizna życia sportowego, amerykańska ekscentryczność itd. itd. — bez końca możnaby cytować te wszystkie urągliwe przezwiska, jakie się przyczepia do rekordów.

Sprobujmy się zastanowić nad tym, czy wszystko to jest słuszne. Może w dążeniu do rekordu nie ma tak wielkiej blagi i pustoty, jak się to wydaje przeciwnikom sportu zawodniczego, ale może też rekord nie jest jedynym celem pracy sportowej, jak to twierdzą różni domorośli znawcy.

Analizując to zagadnienie trzeba wziąć pod uwagę to przede wszystkim, że dzisiaj możliwość osiągnięcia jakiegoś rekordu już nie tylko światowego, ale tylko Polski, a nawet okręgu, jest rzeczą b. trudną i nie da się osiągnąć bez posiadania specjalnych danych fizycznych, albo też bez specjalnie wytężonej pracy w tym kierunku. Rekordy są wyśrubowane bardzo blisko granicy ludzkich możliwości. Przeto też ten, kto marzy o uzyskaniu jakiegoś rekordu nie mając specjalnych danych, albo nie pracując specjalnie nad jego uzyskaniem, — ten jest maniakiem i na to miano całkowicie zasługuje.

Ale weźmy pod uwagę osobnika, który jest obdarzony dobrymi warunkami przyrodzonymi i zabiera się gruntownie do pracy nad wywindowaniem swej sprawności na najwyższy poziom. Czy to jest złe? Może się niewątpliwie stać złym, jeśli zapomni on zupełnie o całym swym pozostałym życiu, stanie się niewolnikiem swego dążenia, wszystko inne odsuwając na plan dalszy, albo też przekreślając całkowicie. Stanie się złym, jeśli będzie on trenował kosztem zdrowia, a jeśli jeszcze należy do klubu, który go eksploatuje i wysyła bez przerwy na zawody, to naturalnie jest źle i tego bronić nie można. Ale przyznajmy, że takich wypadków jest coraz mniej i coraz częściej zawodnik otoczony jest właściwą opieką.

Konstatujemy więc, że zawodnik mający pewne dane na osiągnięcie rekordu i zabierający się do racjonalnego treningu w tym celu, wcale nie jest maniakiem i ze wszech miar zasługuje na uznanie już choćby tylko za siłę woli, która zmusza go do pracy na nieraz bardzo długą metę.

Popatrzmy na inną stronę tego zagadnienia. Takich zawodników, którzy marzyliby odrazu o laurze olimpijskim już chyba dzisiaj nie ma zupełnie; czasy fenomenów są już dawno poza nami i dzisiaj do czerwonej olimpijskiej koszulki z białym orłem nie dochodzi się jednym skokiem, ale trzeba przebyć kolejno wszystkie poprzednie etapy. Trzeba być najlepszym w klubie, w okręgu, w Polsce, trzeba wytrzymać szereg eliminacji i nie ustawać ani na chwilę w pracy nad swym doskonaleniem. Nie jeden zawodnik poprzestanie na szczeblu mistrza klubowego, inny dojdzie do mistrzostwa okręgu, a jeszcze inny za swój zenit uważać będzie tytuł mistrza Polski. Jeśli tych wszystkich weźmiemy pod uwagę, to z takich rekordzistów stworzy się nie mała armia ludzi usprawnionych bardzo wysoko. Bo przecież i to musimy zapisać na dobro dzisiejszego sportu, że siłą rzeczy musi on wychowywać wszechstronnych sportowców, zanim wyłoni się z olbrzymiej ich rzeszy olimpijska ekstra-klasa. Mistrze klubowi, okręgowi, mistrze Polski, to przecież ludzie o wysokim poziomie usprawnienia, przedstawiający znaczne wartości dla państwa. Jeśli tak nie jest, jeśli tu i owdzie widzimy jeszcze zbyt wczesną specjalizację, marnowanie młodych talentów, to wina złej organizacji i nie zrozumienia istoty pracy sportowej przez menerów klubowych, ale za to nie można winić całego sportu i wszystkich sportowców w czambuł.

Wreszcie rozważmy jeszcze jedno zagadnienie, może najważniejsze z szeregu już poruszonych. Czy każdy trenujący sportowiec marzy o jakimś rejestro-

wanym rekordzie, czy też poprostu szuka własnego tylko, jak się to utarło nazywać „życiowego" rekordu? Tego zupełnie nie bierze się pod uwagę, tego się w pracy sportowej nie wykazuje, a przecież jest to bodaj najważniejsze. Zawodnik, który trenuje wytrwale dlatego tylko, aby jesienią na mistrzostwach klubowych osiągnąć jeszcze ułamek sekundy czy centymetra więcej od swego wyniku wiosennego, jest wzorem godnym naśladowania. Nie szuka on bowiem poklasku tłumu, nie wzdycha do takiego czy innego tytułu mistrza, — to może się przy okazji zdarzyć, ale jest to kwestia drugorzędna; dla niego najważniejsze jest, że przez swoją uporczywą pracę zdołał swą sprawność osobistą podnieść jeszcze o jeden szczebel wyżej. To jest najważniejszym celem jego pracy; a czy to ktoś widział i oklaskuje, to sprawa uboczna. Kluby i związki sportowe na to zagadnienie zwracają zbyt małą uwagę. Gdyby było można urządzać co roku między wszystkimi klubami sportowymi zawody liczbowe w tym, ilu zawodników w klubie podniosło swą sprawność w czasie ostatniego roku! Jeżeli wszyscy zawodnicy są w danym roku o centymetry, czy sekundy lepsi od roku ubiegłego, to znaczy, że klub pracuje w sposób właściwy, choćby w swym gronie nie miał ani jednego mistrza okręgowego. Jeśli poziom się obniżył, to coś w klubie szwankuje. Takie zawody dałyby rzeczywisty przegląd wartości pracy i odwróciły by uwagę menerów sportowych od pielęgnowania talentów, z jaskrawą krzywdą reszty zawodników. A jeśli przy okazji takich zawodów zaczną wypływać wyniki równe lub przewyższające rekordy, to wtedy śmiało moglibyśmy sobie powiedzieć, że praca klubów sportowych weszła na właściwe tory i ustała wszelka nie zdrowa pogoń za rekordem.

Marian Krawczyk.

O DOBRE OBYCZAJE SPORTOWE

Coraz trudniej w Polsce o ludzi uspołecznionych, bezinteresownych, poświęcających swój wolny czas dla ukochanej przez siebie idei. Ten brak odczuwamy szczególnie dotkliwie w dziedzinie sportu i wych. fizyczn. Stara gwardia wypróbowanych działaczy się kruszy, następców godnych coraz to mniej. Dlatego smutkiem musi przejąć każdego wieść o rezygnacji inżyniera Znajdowskiego z godności przewodniczącego PZLA, tego długoletniego, starego pioniera sportu polskiego, mogącego się pochlubić pięknym dorobkiem na przestrzeni piętnastu lat. Smutkiem musi napoić każdego tym większym, że trudności, z jakimi walczyć musi dziś każdy działacz społeczny, załamały w ostatniej chwili inżyniera Znajdowskiego. Nie wytrzymał nerwowo. Enuncjacje jego w prasie zawierają dużo nieścisłości, faktów niesprawdzonych, ogólników tendencyjnych, bo pisanych zapewne w żalu, że olbrzymi jego wysiłek nie przyniósł może takich wyników, jakich się spodziewał.

Wierzę, że inż. Znajdowski nie weźmie mi za złe uwag moich, pisanych spokojnie, z rozwagą, dla dobra sportu, który tak ukochał. Uwagi te nie raz cierpkie, zbyt otwarte, mają na celu odkłamać choć w części pewne stosunki w sporcie, wyplenić demagogię, zły styl, wprowadzić także między działaczy sportowych kardynalną zasadę „fair play". Przecież w pierwszej linii musi ona obowiązywać wychowawców i kierowników. Myślę, że w pierwszym rzędzie **w sporcie musi panować wszechwładnie duch sportowy, męski, niezakłamany, szczery stosunek między wszystkimi.** I w imię tego piszę ten nieco przydługi artykuł.

Zarzuty inż. Znajdowskiego łączę rzeczowo i podaję w skrócie.

„Sfery, do których należy opieka nad sportem, odsunęły od współpracy nad reorganizacją sportu czynnik społeczny, reorganizacja zakończyła się rewolucją papierową, życiowo nic nie dała". Jakto? Przecież przepracowane statuty Związków i klubów są dziełem tylko czynnika społecznego (Związku Związków i Związków Sportowych); owszem były uzgodnione z PUWF i PW, ale tylko uzgodnione. Co w nich takiego zahamowało „żywiołowy" rozwój życia sportowego Związków i klubów, o tym inż. Znajdowski nie mówi. Nie mówi o tym, że statut, ramy organizacyjne, mogą być najgenialniejsze i nic nie pomogą, skoro wykonanie będzie mdłe, że rezultatów nie można oczekiwać po roku, czy pół, skoro liczna część Związków, nie mówiąc już o klubach, statutów swoich i form organizacyjnych do tej pory nie przerobiła. A statuty przecież muszą wejść w życie, co także wymaga czasu. Ale nie statuty, nie wytyczne pracują w terenie, lecz żywi, dobrzy ludzie w Związkach i klubach i jak tych nie ma, albo nieliczni staną wobec ogromu zadań — nie pójdzie. Oto typowy chwyt wiecowy, efektowny ogólnik rzucony w bezkrytyczny tłum. Po co? Nie po to przypuszczam, aby tłum wzburzyć przeciw pewnym „sferom", aby utrudnić porozumienie, współpracę między czynnikiem społecznym, a państwowym. Bo ten **czynnik państwowy jest równie dobrym czynnikiem społecznym,** równie obywatelskim, poświęcającym każdą wolną chwilę dla dobra sprawy, której służy. Jest mała różnica między czynnikiem społecznym, a państwowym: że czynnik społeczny może się zirytować i mówić od rzeczy, a czynnik państwowy, nawet w swej pracy społecznej, musi być stale rzeczowy, spokojny, wyrozumiały na błędy i słabostki ludzkie, patrzeć na ludzi i sprawy pod kątem prawie „wieczności", że udziałem czynnika społecznego są zaszczyty, uznania, a my, bo i ja do nich należę, zostaniemy zawsze tylko kondotierami świętej sprawy, aczkolwiek siedzimy razem z wami i bez was, długie i późne wieczory głowiąc się, jak pchnąć Polskę „sportową" wyżej, jak dojść do lepszego, doskonalszego typu Polaka. **Jesteśmy dla was i z wami, ale bądźcie i wy nasi.** Nie wprowadzajcie sztucznych rozdziałów w jednolitą, zgodną całość, nie wprowadzajcie opinii publicznej w błąd, nie starajcie się nas poróżnić, bo i tak nas nie poróżnicie, a jedynie **opóźnicie realizację tych wspólnie umiłowanych ideałów.** Tendencje te pochodzą, zdaje się, jeszcze z czasów zaborczych, ale obecnie jesteśmy już u siebie, we własnym państwie. I nie jest ścisłe twierdzenie, że te same „sfery" nie doceniają czynnika społecznego; **bez tego czynnika społecznego nie ruszą;** jakżeby mogły statutowo opierając akcję na pracy społecznej, jednocześnie rzucać sobie kłody pod nogi i nie doceniać ważności tej pracy? Ale Pan Inżynier wie z własnego długoletniego doświadczenia, jaki to element niepewny w naszych polskich warunkach nieodpowiedzialności, niesumienności, powierzchowności. Wezmę przykłady z niedalekiej przeszłości.

PUWF i PW zmontował, poza pomocami gotówkowymi dla poszczególnych Związków sportowych, szereg kursów sportowych przede wszystkim dla ruszenia sportu szkolnego wśród młodzieży szkolnej i nauczycieli, przewidywanych na kierowników sportu szkolnego. Był i kurs lekkoatletyczny dla nauczycieli; zebrano ich z całej Polski, zapłacono przejazdy, kwatery, utrzymanie, opracowano programy, PZLA miał dać tylko trenera, no i zapomniał i nie przydzielił — mimo przypomnień nie przydzielił. Kurs musiano rozpuścić do domów, wysiłek organizacyjny i finansowy diabli wzięli. I cała wina znowu w PUWF i PW, bo liczył na pewno, opłacając w PZLA trenerów, instruktorów, że PZLA zrobi ten drobiazg, oceni ten ważny, podstawowy odcinek pracy. Gdyby PZLA nie przyrzekł, byłoby się na czas obsadę instruktorską znalazło gdzieś indziej. Niestety PZLA nie jest tutaj odosobniony. A PUWF i PW żąda przecie tak niewiele.

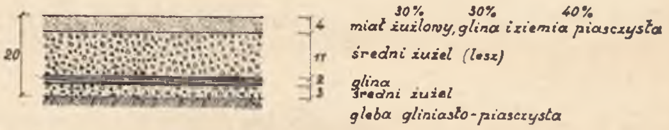
Słyszy się natomiast ze wszystkich stron utyskiwania, skargi o nikłej pomocy ze strony Państwa, PUWF i PW. Wołają zgodnym chórem: **dajcie tylko dużo forsy** a my wam tu ruszymy z posad Polskę. Panie Inżynierze, wykazał Pan przez szereg lat tyle ideowości, tyle wyrobienia społecznego, czy Pan Inżynier będąc administratorem, opiekunem powierzonego mu przez Państwo grosza publicznego, zgodziłby się ze spokojnym sumieniem dać coś więcej, wiedząc dobrze, że to, co się daje, nie jest w pełni i dobrze wykorzystane, że np. świetny trener związkowy PZLA, chętny, pracowity, doświadczony nie ma warunków do przepracowania przeciętnie nawet 10 godzin tygodniowo? Czy tu także winien PUWF i PW? Mówi Pan Inżynier, że z „wielomilionowego budżetu PUWF i PW zaledwie 200 tys. zł idzie na sport". Budżet PUWF i PW nie jest tajemnicą, jest dyskutowany, krytykowany w Sejmie, Senacie, uchwalany, ale nigdy nie podwyższany. Dużo o nim w prasie. Szkoda, że Pan Inżynier nie zadał sobie trudu i nie wniknął w szczegóły. **Jest tych pomocy dla sportu o wiele, wiele więcej,** boć trzeba tu wliczyć koszta tych nieudanych kursów i inn. A czy Pan Inżynier zanalizował całość zagadnień PUWF i PW i ustalił sobie hierarchię potrzeb, ważność poszczególnych wydatków z punktu widzenia państwowego? Pan Inżynier zdaje się widzieć **tylko sport,** ale i poza sportem ważkie zadania państwowe ciążą na PUWF i PW. Prosze przyjść do Pana Dyrektora PUWF i PW, ale jak szczery, światły, świadomy wszystkich spraw i potrzeb Państwa obywatel, nie tylko jako dobry prezes PZLA i poradzić Panu Generałowi, jak to zrobić, aby przy tych wszystkich zadaniach PUWF i PW, „wielomilionowy budżet" obrócić na sport, a 200 tys. zł na wszystko inne. **Posłucha, postawi wniosek, zapewniam.** Mówi Pan Inżynier „wielomilionowy" budżet, chyba dlatego, aby każdy pomyślał „ no jakieś 200 milionów może w stosunku do 200 tys. na sport"; jabym powiedział nie całe 7 milionów i powiedziałbym jeszcze, że Dyrektor PUWF i PW otrzymuje do rozgospodarowania **budżet zatwierdzony,** uchwalony przez wiele instancyj ministerialnych, przez Sejm, Senat **w formie sprecyzowanej w każdej najdrobniejszej pozycji** wydatkowej i nie wolno mu poza te pozycje wykraczać, żadnych pozycyj dyspozycyjnych, rezerwowych nie ma. A w oświetleniu Pana Inżyniera wygląda, że PUWF mógłby dać wiele milionów, tylko nie chce, bo nie docenia sportu itd. To ja nazywam demagogią, błyskotliwym, efektownym zarzutem, ale jakże powierzchownym, nieopatrznym. A szkoda także, że Pan Inżynier nie powiedział, że PZLA dostaje i dostawał ze wszystkich Związków najwięcej. No jasne zresztą: królowa sportu przecież, szkoda tylko, że czasem wypada z fasonu.

Następuje główny zarzut:

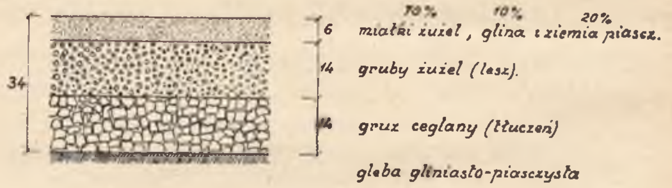
„Budownictwo sportowe zbiurokratyzowane skandalicznie, fatalnie, czynnik społeczny odsunięty całkowicie".

Na miłość Boską, taż budownictwo sportowe polskie jest funkcją budownictwa polskiego w ogóle, taż to robią ci sami inżynierowie. Powołuje Pan Inżynier przykłady ze Stadionem WP, Domem sportowym w Kielcach itd. Wszystkim zainteresowanym wiadomo, że Stadion WP i Dom Sportowy w Kielcach nie budował PUWF i PW, lecz **właśnie te czynniki społeczne,** o które Pan Inżynier kruszy kopie, a są tam między nimi i koledzy Pana Inżyniera, lekkoatleci przedwojenni. Przecież organa urzędowe PUWF i PW przejęły Stadion WP już z pływalnią, bieżnią, torem itd. i budują dopiero od paru lat. Przy tym wielkim założeniu i skromnych kwotach inwestycyjnych trudno w krótkim czasie wszystko poprawić i zakończyć. Zdaje mi się jednak, że z robót „czynnika urzędowego" jest Pan Inżynier zadowolony. Zatrzymam się dłużej przy bieżni, bo koło niej zrobił się huczek w prasie po przykrym incydencie zalania wodą po tęgiej ulewie w czasie ostatniego dnia meczu lekkoatletycznego Niemcy — Polska. Na tym przykładzie chcę wykazać, delikatnie mówiąc, **nieuświadomienie informatorów** i zadufanie we własne wiadomości. Pan Inżynier przeciwstawia złą bieżnię na Stadionie WP, zrobioną rzekomo przez czynniki urzędowe — dobrej bieżni w parku szkolnym, zrobionej faktycznie przez czynniki społeczne. Nawet do laika te dwa przekroje obok przemówią. Są zrobione teraz na podstawie świeżych odkrywek.

Przekrój bieżni
na boisku szkolnym w Parku Sobieskiego



Przekrój bieżni
na Stadionie Wojs. Pol.



Można każdej chwili sprawdzić. Żadna z bieżni nie posiada drenażu: gleba jest ta sama, charakteryzują ją jako mniej jak średnio przepuszczalną. Przypuszczam, że drenażu nie robiono ze względu na duży koszt, a chciano wykończyć. Otóż z przekrojów widać, że bieżnia w parku szkolnym jest robiona przez amatorów, o nawierzchni raczej klepiskowej, takiej chłopskiej, bezsprzecznie bardzo dobra w pogodę, nie wymaga konserwacji specjalnej, deszcz spływa z niej na boisko, bo jest wyżej położona, a krawężniki niskie; reszta wody moczy nawierzchnię. Biegam po niej i po deszczu grzęznę prawie po kostki. Ale to zupełnie zrozumiałe. Nie mam pretensji. Bieżnia na Stadionie jest robiona według przepisów i wzorów europejskich. Taka bieżnia wymaga troskliwej pielęgnacji i w zależności od tego ma swoje złe i dobre dni. A co do wsiąkliwości: 1) reprezentacyjny kort tenisowy, przebudowany w b. r. przez społecznika, inżyniera i tenisistę (jak chce Pan Inżynier); z gęstą i precyzyjną siatką drenażową, po ostatniej ulewie doszedł po 2-ch godzinach do stanu przydatności; 2) bieżnia na Stadionie WP w obecnym stanie wchłonie masę wód spowodowaną taką ulewą, w czasie od 3—4 godzin; 3) po wybudowaniu najlepszego drenażu i skanalizowaniu wód ściekowych z toru kolarskiego, będzie do użytku po takiej ulewie, jak na meczu Polska — Niemcy, nawet w ciągu pół godziny.

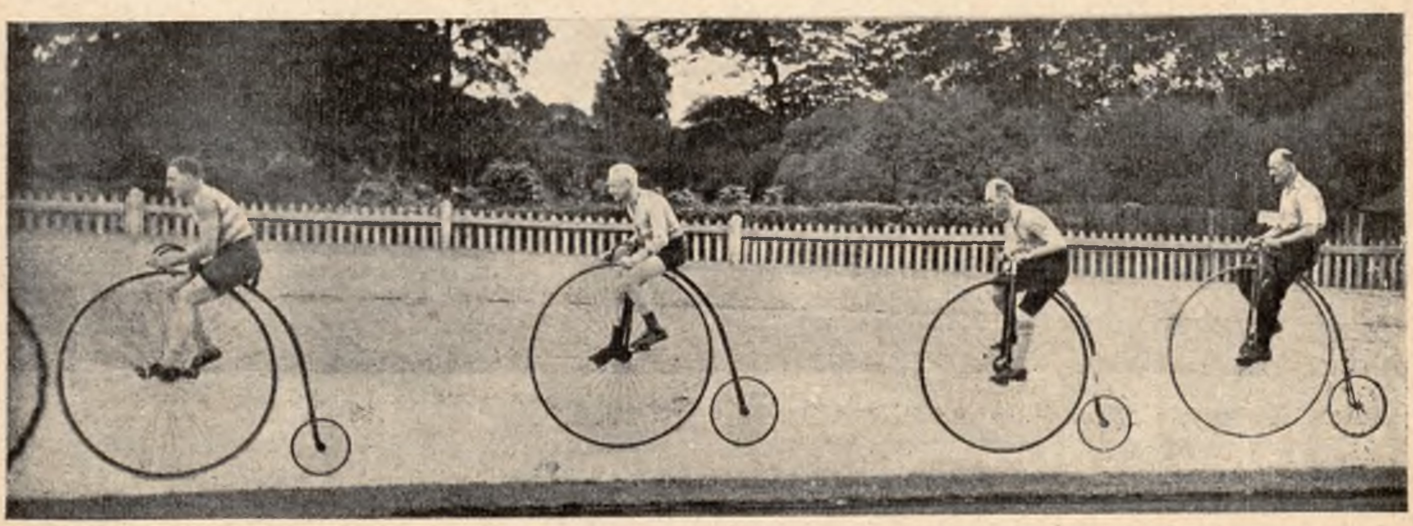
Przyzna Pan Inżynier, że to także niedopatrzenie PZLA, nikt z administracji Stadionu bowiem nie obiecywał użyteczności bieżni nawet w czasie burzowych opadów. Panowie znali bieżnię od szeregu lat i nie mogli od niej oczekiwać cudów. Brak przewidywań. Czyżby nie było w PZLA speców, którzyby

to przewidzieli? Koszt takiego drenażu bardzo wielki, a skąd wziąć pieniędzy, skoro za wynajem Stadionu, za szkody poczynione Pan Inżynier nie chce płacić? Budżet PUWF i PW i tak przeciążony, a Pan Inżynier żąda jeszcze ponadto zwiększenia pomocy dla Związków, na administrację, spotkania międzynarodowe (chyba nie na Polska — Niemcy, gdzie przeciętnie bilet kosztował 2.50 zł i Stadion był pełny). Możnaby i tak zrobić, że bieżnia będzie ssała wodę jak gąbka, ale wówczas to nie będzie bieżnia i wiatr ja zabierze. Nawiasem napomknę, że **pracami nad przygotowaniem bieżni** kierował z ramienia PZLA sam p. Petkiewicz, doglądał p. inż. Znajdowski. **Same przygotowania bieżni kosztowały administrację Stadionu więcej, aniżeli opłaty PZLA za wynajem** Stadionu. Administrator czynił wszystko, czego wymienieni panowie sobie życzyli. P. Petkiewicz specjalnie dziękował Administratorowi za życzliwy stosunek. To nazywa p. inż. Znajdowski: brakiem pomocy, utrudnianiem. Specjalnie na zawody zakupiła administracja Stadionu nowy sprzęt za cenę ok. 450 zł. PZLA zdusił cenę najmu za cały czas zawodów do 500 zł i to jest maltretowanie Związku, dybanie na jego pieniądze? A przecież przy drogich biletach i pełnej widowni dochód brutto nie mógł być niższy, niż 30 tys. zł. Wpuszczono widzów więcej, aniżeli było miejsc, nie wiem z czyjej winy, nie dano szczegółowych instrukcyj policji. W czasie deszczu gruchnęła cała publiczność na trybunę; zgiełk, łamanie krzeseł, ławek, wybijanie szyb, oto naturalne następstwa. Ktoś to musiał zwrócić, czy Administrator z tych 500 zł czynszu? Administrator zwołał komisję z udziałem dwóch przedstawicieli PZLA. Ustalono zakres i rodzaj szkód. Skosztorysowano według cennika urzędowego. Przedstawiciele PZLA uznali rozmiar szkód, nie zgodzili się jedynie na kosztorys. Ale przecież Związek nie musiał tego płacić, mógł te szkody wyrównać w naturze, mógł apelować do Kierownika O.U.W. i P.W. Nr 1; nic podobnego nie zrobił. Do tej pory nie zapłacił nawet czynszu 500 zł, mimo podpisania kontraktu, a w prasie ogłosił: „krzywda, niesprawiedliwość, rzekome uszkodzenia, straty, których nie było, wygórowane pretensje". Ależ Panie Inżynierze, pańscy przedstawiciele: pp. Sienkiewicz i Małek **szkody te stwierdzili.** Mam przed sobą oryginalny protokół i nie widzę wliczonych żadnych „kosztów uszkodzeń od rzutów kulą itd.", a to Pan twierdzi w swojej enuncjacji publicznej. Zwołuje Pan swoją komisję wtórną bez udziału oficjalnego delegata administracji Stadionu, no niech Pan Inżynier wybaczy, ale to krotochwilne. Komisja pańska wylicza kosztów uszkodzeń na 170 zł, ale pańscy przedstawiciele stwierdzili 29 m kwadr. wybitych szyb prasowanych, 120 połamanych krzeseł, 240 m bież. połamanych ławek i zniszczoną maszynę do pisania, pozostawioną na ulewie itd. Przecież Administrator nie chciał gotówki, jedynie naprawy szkód. Sprawa dla mnie prosta. Proszę dać 170 zł Panu Inż. Drewsowi i rzeczoznawcy z Koła Architektów, którzy brali udział w pańskiej komisji i uprosić, aby byli tacy dobrzy z uwagi na cel, na ciężkie położenie finansowe PZLA, no niech to zrobią dla Pana Inżyniera i **polecą za tę kwotę szkody naprawić.** Ale gdzie tu powód do rezygnacji z prezesury PZLA? Administrator mnie zapewnia, że Pana Inżyniera bardzo lubi, odnosił się zawsze lojalnie i życzliwie, a Pan Inżynier zrobił mu taką przykrość, oświadczając, że administracja nie przychylna, że administrator powinien być wysłużonym i zasłużonym sportowcem. Tak jest, Panie Inżynierze, to stary, dzielny piłkarz, ciężkoatleta, szermierz jeszcze przedwojenny. A teraz ten nieszczęsny bankiet. Przeklęty zwyczaj polski: przy każdej okazji dobrze pojeść i popić zwłaszcza, że nie wiele kosztuje. Ale przyznaję, że jest to nieraz potrzebne. Chętniej to robię za własne pieniądze, no ale czasem trzeba, czego się nie robi dla miłej ojczyzny. Racja stanu każe. Czas był jednak nieszczęśliwy, zaręczam, że przeważnej części zaproszonych nie było w Warszawie, byli na ćwiczeniach, w obozach, na urlopie; część wróciła dopiero na sam mecz w niedzielę i nie wiedzieli nic o zaproszeniu. Owszem, byli i tacy, którzy byli i też nie przyszli. Tak, to już ich wina. Jedno może usprawiedliwienie, że traktuje się dziś takie zaproszenia, jako pewien akt kurtuazji, formalność i nie idzie się. A jeśli organizatorom bardzo zależy na obecności — tak się utarło, — to zwykle zapytują jeszcze telefonicznie. Tego PZLA nie zrobił, ale nie musiał...

No, wreszcie dobrnąłem do końca i wstyd mi, kiedy rzucam okiem na treść mych bazgrot i żal czuję do Inż. Znajdowskiego, że mnie zmusił swoją publikacją do wywlekania tych wszystkich drobiazgów, które **można było załatwić w bezpośrednim kontakcie.** Ale to już ostatni raz i pierwszy.

Wobec przedstawionych faktów, sprawdzonych, przemyślanych, nie zdziwi się nikt, że PUWF i PW nie odpowiada oficjalnie na te i podobne zarzuty; milczenie w takich wypadkach, to najlepsza urzędowa odpowiedź. Odpowiadam prywatnie z pewnych wyższych względów, o których mowa na początku. Myślałem tu również o wypadkach PZPN na Śląsku, o wypadkach podobnych i równie smutnych, i innych. Nie winię tu absolutnie inż. Znajdowskiego, **padł on ofiarą niedokładności polskiej,** pochopności w sądach, powierzchowności. Utwierdza mnie w tym głębokie przeświadczenie o wielkich zasługach inż. Znajdowskiego dla polskiej lekkiej atletyki, o jego wartościach moralnych, społecznych; wierzę, że po oświetleniu tych spraw przeze mnie, po przemyśleniu przez niego sytuacji na zimno, wróci do pracy dla lekkiej atletyki polskiej, czego i lekkiej atletyce z całego serca życzę.

Wł. Ziętkiewicz.



Angielscy old'boye przypominają sobie o czasach, kiedy święcili na zasłużonych swych bicyklach, wspaniałe triumfy.

TRENING PIĘŚCIARZA—AMATORA

Na samym wstępie muszę wyjaśnić, dlaczego uważam za możliwe dla siebie zabierać głos w sprawie, uwidocznionej w tytule. Otóż według mego najgłębszego przekonania, w mięśniach amatora i zawodowca zachodzą zupełnie te same przemiany chemiczne — i odróżnić ich pod mikroskopem niesposób. Dlatego, **zasady ogólne,** na jakich musi być oparty racjonalny trening amatora nie mogą być inne, niż te, jakie stosowane są przez zawodowców. Ci zaś, ze względów aż nadto zrozumiałych, starają się wykorzystać w całej pełni wszystko, czym dopomóc im może dla osiągnięcia maksymalnej formy wiedza współczesna.

Nie oznacza to wszakże bynajmniej, by amator miał ćwiczyć ściśle według wzorów, zaczerpniętych z obserwacji gwiazd profesjonalnych. Trening musi być jaknajstaranniej **dostosowany do potrzeb,** a przecież zadania, jakie będzie miał do spełnienia na ringu pięściarz-amator, nie są identyczne z tymi, jakie stają przed zawodowcem.

Ślepe, bezkrytyczne naśladowanie asów profesjonalnych w ich metodach treningu — to błąd, który niestety popełniany jest powszechnie. Jest to zresztą zrozumiałe: trening oparty na naukowych podstawach zawodowcy zaczęli stosować znacznie wcześniej od amatorów, więc nic dziwnego, że ci zaczęli od wykorzystywania gotowych wzorów.

Na czym powinna polegać różnica? Przedewszystkim trzeba wziąć pod uwagę, że **amator jest niejako sprinterem** — walczy tylko przez 3 rundy, które zato muszą być prowadzone w jaknajszybszym tempie. Natomiast zawodowiec jest długodystansowcem; w przewidywaniu wielorundowej walki, musi oszczędzać siły i je ostrożnie rozkładać. Tu dodam na marginesie, że dawniej, właśnie w latach, kiedy boks amatorski stawiał pierwsze kroki — u zawodowców były w zwyczaju spotkania 20-rundowe i nawet dłuższe, podczas gdy obecnie rzadko kiedy przekracza się granicę 10 rund.

Zgodnie z zasadniczym założeniem, że amator — to sprinter, trening jego powinien polegać w pierwszym rzędzie **na wyrobieniu szybkości,** a nie wytrzymałości, jak to jest naogół w praktyce. Widziałem niejednokrotnie — przedewszystkiem w Polsce — amatorów, przechodzących ciężkie 2-godzinne seanse treningowe, po kilka razy na tydzień. A więc najpierw 20—30 minut ćwiczeń gimnastycznych, następnie ćwiczenia na worku, piłce, ćwiczenia z piłką lekarską, skakanka, walka z cieniem, wreszcie — **kiedy z chłopaka wyszły już ostatnie poty** i kiedy już cały zesztywniał — cały szereg rund sparringu. Potym ku zdziwieniu ogólnemu, taki bokser w 3-iej rundzie spotkania „puchnie" beznadziejnie. Taki finał — który naszym polskim pięściarzom zdarza się dość często, sądząc chociażby ze sprawozdań z ostatniego meczu Polska-Niemcy, jest w tych warunkach wprost **nieunikniony:** gdyby stumetrowiec ćwiczył jak do biegu maratońskiego — nigdyby nie wytrzymał ostrego tempa i na finiszu setki byłby zupełnie „skończony".

Ćwiczenia gimnastyczne w formie półgodzinnej lekcji nie powinny być stosowane u bokserów - zawodników. Ogólną zaprawę gimnastyczną powinni oni byli przejść, jako początkujący, **zanim ich wogóle dopuszczono do występu na ringu.** Bokser - zawodnik winien być już wszechstronnie rozwinięty fizycznie. Starczą mu więc ćwiczenia gimnastyczne specjalne — ćwiczenia wzmacniające **mięśnie** pasa brzusznego przede wszystkim, trwające jednak nie więcej jak 3 — 4 minuty. Ćwiczenia na worku, z piłką itp. winny być bezwarunkowo przeniesione na koniec zaprawy, której **punktem zasadniczym jest sparring.** Sparring powinien więc być umieszczony na samym wstępie, tuż po krótkich ćwiczeniach rozgrzewających, tak by pięściarz przystępował do niego **w pełni sił fizycznych i ze świeżym umysłem.** Niema potrzeby robić więcej od trzech rund — bo tyle ich będzie na meczu. Ćwiczenia na punching ballu i punching bagu oraz skakanka — to zakończenie, które winno być krótkie i znacznie bardziej łagodne. Walenie w worek całymi godzinami niczego prócz osłabienia siły ciosu nie da, gdyż siła ciosu zależy nie od grubości bicepsów, a od szybkości i gwałtowności skurczu mięśniowego, ten zaś — od sprawnego działania inerwacji. Nerwy zmęczone reagują zaś coraz gorzej.

W rezultacie, przychodzimy do wniosku, że seans treningowy amatora nie powinien trwać ponad 40—50 minut. Po zakończeniu zaprawy zawodnik powinien czuć się zmęczony, ale nie spracowany, nie wyczerpany.

Z drugiej strony, sam trening na sali, szczególnie jeśli się odbywa tylko 2 razy na tydzień, jak się najczęściej zdarza, nie zamyka w sobie wszystkiego co jest niezbędne. Jest rzeczą ciekawą stwierdzić, że amatorzy, przejąwszy te metody zawodowców, które się do nich nie stosują — a więc wielorundowe seanse zaprawy — nie naśladują tego, co najwięcej naśladowania jest godne, mianowicie zabiegów, mających na celu **podniesienie ogólnej zdrowotności organizmu.** Do nich — obok ścisłego stosowania hygieny i spartańskiego trybu życia — należy przedewszystkim footing — spacer, przeplatany biegiem, skokami, rzutami, pływaniem etc., który przecież nawet dla ludzi zajętych zawodową pracą nie jest niemożliwością. Wystarczy poprostu wstawać o pół godziny wcześniej, albo też — urwać kawałek czasu po południu i zamiast do kawiarni — pójść na plażę czy też w pole za miasto.

Na zakończenie — bardzo proszę mi wybaczyć, że się do nieswoich rzeczy wtrącam, sądzę jednak, że nikt nie może mi zabronić, abym nie pragnął w miarę moich sił służyć polskiemu sportowi amatorskiemu, i nikt nie może mi wziąć za złe, jeśli się chcę z pięściarzami polskimi podzielić doświadczeniem, nabytym w ciągu mej długiej już kariery bokserskiej, podczas której spotykałem się z najwybitniejszymi trenerami i najróżnorodniejszymi metodami treningu.

Odrzućcie, z tego co radzę, to co się wam nie podoba, weźcie — co wam się wyda korzystne, lecz wierzcie, że miałem na względzie tylko dobro boksu polskiego.

Edward Ran.



Gus Wilson — trener Carpentiera i Dempseya, Mickey Walker i Eddie Ran.

ZAPRAWA GIMNASTYCZNA BIEGACZA

Ażeby móc przystąpić do ułożenia programu ćwiczeń gimnastycznych dla biegaczy **w okresie zimowym,** trzeba wiedzieć przede wszystkim, z jakim materiałem będzie się miało do czynienia. Inne ćwiczenia będą konieczne dla zawodnika początkującego, inne dla zaawansowanego. Tak samo będzie różnica w doborze ćwiczeń zależnie od wieku, od budowy i w pewnej mierze od rodzaju uprawianych biegów.

Jednak pomijając te wszystkie różnice, możemy ogólnie nakreślić kilka wytycznych, które umożliwią nam usunięcie zasadniczych błędów stylowych biegania, umożliwią nam ekonomiczne wykorzystanie swoich sił, wzmocnią mięśnie tułowia, nóg i ramion.

I. **Usunięcie wad stylowych.**

Jakie będą najczęściej spotykane błędy stylowe? Musimy rozróżnić pracę tułowia, ramion i nóg.

1) **Wadliwe ułożenie tułowia:**

(a) zbyt duże pochylenie tułowia do przodu. Czasami biegacze specjalnie pochylają się do przodu, aby przenosząc środek ciężkości ułatwić w ten sposób pracę nóg. Wynika to z **mylnego pojęcia o biegu.** Jeżeli mamy do czynienia z rozmyślnym pochyleniem — wystarczy zwrócić na to uwagę, a wszystko będzie w porządku. Jednak przeważnie zbytnie przechylenie do przodu jest wywołane **słabymi wydłużonymi mięśniami grzbietu i kręgosłupa.** Należy je wzmocnić.

(b) zbyt duży wyprost tułowia — podanie do tyłu. Najczęściej spotykamy się z całkowitym wyprostem tułowia na końcowych odcinkach biegu. **Słabe mięśnie brzucha** — wzmocnić je.

(c) wahania tułowia boczne, lub nierównomierne wychylania się do przodu. Wszelkiego rodzaju wahania tułowia są bardzo często wywoływane przez **wadliwą pracę ramion,** albo też przez nierównomierny przykurcz lub wydłużenie mięśni tułowia. **Tułów nieopanowany.** Należy stosować ćwiczenia wolne na tułów o bardzo obszernym zasięgu.

2) Wadliwa praca ramion:

(a) mała obszerność ruchu ramienia, wywołana **małą ruchomością stawu barkowego.** Rozluźnić staw barkowy.

(b) rozchylanie ramion w stawie łokciowym. Specjalnych ćwiczeń na usztywnienie tego stawu nie ma. Wystarczy zwrócić zawodnikowi na to uwagę.

(3) Wadliwa praca nóg.

(a) bieg na ugiętych nogach. **Zasadniczy błąd wszystkich początkujących biegaczy, szczególnie rozpoczynających trening** w starszym wieku. Warunki życia powszechnego. Siedzenie, normalny chód na lekko ugiętych nogach (nawet w postawie wyprostowanej nogi są zawsze lekko ugięte) wpływają na przykurcz tylnych mięśni uda. Krótkie zginane podudzia uniemożliwiają całkowity wyprost nóg, działanie prostowników napotyka na opór. Część sił idzie na marne. Wydłużenie tylnych mięśni uda powinno stać na pierwszym planie.

(b) zbyt szybkie przenoszenie nogi do przodu jako skutek przykurczu mięśni unoszących nogę — lędźwiowo-udowego i prostego uda. Załamanie w biodrach jako następstwo przykurczenia tych mięśni. Zbyt szybkie przenoszenie nogi do przodu — nie pozwala na całkowite wykorzystanie odepchnięcia — odrywały stopę, zanim przejdzie ona aż do końca palca — całkowity wyprost. Część odepchnięcia nie wykorzystana — **bieg traci na szybkości.** Wydłużyć mięśnie unoszące nogi.

II. Wzmocnienie tułowia i ramion:

1) tułów powinien brać aktywny udział w biegu przez:

(a) skręt klatki piersiowej, powodującej wyjście biodra do przodu, a tym samym **wywierający wpływ na długość kroku** zanim właściwy krok został zapoczątkowany. Skręty powinny być rytmiczne i wykonywane w takt kroku. Słabe mięśnie tułowia nie potrafią do końca biegu (w długim biegu) i z koniecznym nasileniem (w krótkim biegu) wykonywać skręty.



Stanisław Petkiewicz w karykaturze J. Kalbarczyka.

(b) wyprost ku górze w momencie wyprostu nóg. Razem z wyjściem ramienia wprzód — w górę — odbywa się równoczesny **wyprost tułowia,** aczkolwiek nie zawsze widoczny dla oka.

(2) ramiona pomagają w pracy tułowia:

(a) słabe ramiona mdleją podczas dłuższego biegu,

(b) mało pomagają w pracy tułowia podczas biegu krótkiego.

III. Wzmocnienie mięśni nóg:

1) przede wszystkim wzmocnienie mięśni unoszących nogę — m. lędźwiowo-udowego i m. prostego uda. **Ilość kroków wykonanych w jednostkę czasu** zależna jest od siły tych właśnie mięśni. Często słyszymy od biegacza, że w końcu biegu kolana nie chcą iść do góry — słabe mięśnie unoszące nogi.

2) Częściowe wzmocnienie wszystkich mięśni nóg, choć drogą gimnastyki niewiele można wzmocnić mięśnie nóg biegacza, za wyjątkiem mięśni wyszczególnionych pod III, 1).

Jakie środki mamy do osiągnięcia tego co zostało wyszczególnione powyżej? Mamy **ćwiczenia wolne, bez przyrządów i ćwiczenia na przyrządach, czy z przyrządami.**

Do zadań wyszczególnionych pod I stosować możemy:

(1) ćwiczenia rozciągające o działaniu lokalnym,

(2) ćwiczenia rozluźniające o działaniu lokalnym,

(3) ćwiczenia rozciągające o działaniu obszernym.

Do zadań wyszczególnionych pod II:

(1) ćwiczenia wzmacniające mięśnie tułowia

(a) wolne,

(b) na przyrządach i z przyrządami (piłki lekarskie, łaty, drabinki)

(2) ćwiczenia wzmacniające ramiona na przyrządach.

Do zadań wyszczególnionych pod III:

(1) tylko dla biegów krótkich — ćwiczenia wzmacniające mięsień lędźwiowo-udowy i męsień prosty uda z przyrządami (worek z piaskiem, lub inne obciążenie do 15 klgr.).

(2) Ćwiczenia wolne wzmacniające inne mięśnie.

Stanisław Petkiewicz

POLSKA REPREZENTACJA PIŁKARSKA ZWYCIĘŻA DUŃSKĄ 3:1 (2:1)



Krzyk łapie niebezpieczny strzał.

Zawody reprezentacji piłkarskiej Polski i Danii w Warszawie należały do **najpiękniejszych** zawodów międzypaństwowych, jakie w stolicy rozegrano. Składało się na to kilka czynników: system gry gości, ich zachowanie się na boisku i dobra postawa naszej reprezentacji.

System gry gości przypomina **angielski.** Duńczycy grają na tempo, długimi podaniami przenoszą grę z jednej strony boiska na drugą. Skrzydłowi mają zdobywać teren, biec z piłką jak najbliżej do bramki i następnie centrować. Łącznicy zostają w tyle (system „W“), by tamtym piłkę serwować. Centra i strzał z centry są typowymi pozycjami do zdobywania bramek dla tego rodzaju gry. Angielski system gry stawia graczom duże wymagania jeżeli chodzi o kondycję fizyczną. Toteż jest on odpowiedniejszy dla drużyny młodej, mogącej szafować siłami i wytrzymującej tempo przez całą grę. Jest on przyjemny dla oka, ponieważ obfituje w niespodziane zwroty, a akcje rozgrywają się na przemian to pod jedną, to pod drugą bramką. W zetknięciu z systemem **szkockim,** polegającym na krótkich podaniach, na powolnym wypompowywaniu sił żywotnych z przeciwnika, system angielski często zawodzi.

Tak było na meczu z Polską. Póki Duńczycy biegali za piłką, **póki byli szybsi od Polaków, póty byli groźni.** Gdy zmęczenie zaczęło się ujawniać przyszła do głosu **lepsza technika i kombinacja** naszych zawodników. Na pochwałę naszych gości podnieść należy, że nie próbowali „murować“ bramki, lecz do końca usiłowali prowadzić grę otwartą i na atak odpowiadać atakiem.

Podnieść również należy **dżentelmeńskie zachowanie się** gości na boisku. Mecz z Duńczykami był pod tym względem wzorówką propagandową, którą można było pokazywać największym przeciwnikom piłkarstwa. Sędzia Birlem nie potrzebował poskramiać temperamentów graczy, ponieważ walka toczyła się w atmosferze szlachetnej emulacji sportowej. **Bliższy kontakt ze sportowcami ze Skandynawii poprawiłby niezawodnie obyczaje na naszych boiskach.**

Polacy wygrali zasłużenie. Przewagę naszą wykazaliśmy w linii ataku, który kombinował lepiej i strzelał więcej od duńskiego. Inne linie były równorzędne.

Gdyby ustalić listę najlepszych zawodników sposobem przyjętym w tenisie, to pierwsze lokaty należałoby przyznać **Wilimowskiemu i Matyasowi.** Lokaty 3 — 6 należałoby dać Söbirkowi (prawe skrzydło), Jensenowi (lewa pomoc), Szczepaniakowi i Nytzowi. Dalsze ex equo Anderssenowi, Iversenowi, Hansenowi, Gałeckiemu, Krzykowi i Królowi, który grał zamiast Wodarza.

Gra Wilimowskiego stała na najwyższym stopniu kunsztu piłkarskiego. Gracz ten zwody ciałem doprowadził do perfekcji, a w przebojach nie ma w Polsce konkurenta. Mimo, iż miał przeciwników szybkich i dobrych technicznie, manewrował piłką swobodnie. Strzelił on jedną piękną bramkę

z przeboju, a do dwóch pozostałych wyrobił pozycję.

Nie mniejszy od Wilimowskiego efekt w grze osiągnął Matyas. Jest on mistrzem w prowadzeniu piłki. Podziw widzów budziły jego wózki — „kiwanie" przeciwnika na 1 metrze kwadratowym.

Z drużyny gości wybijał się Söbirk. **Był to najszybszy gracz na boisku** i jego biegi i centry były stałym niebezpieczeństwem wiszącym nad naszą drużyną. Szczęściem dla nas — że nie wychodziły mu strzały. Najlepszym pomocnikiem obu drużyn był Jensen, gracz niezmordowany i szybki. Zatruł on życie Piecowi. Matyasowi ule-



Reprezentacja Danii.

gał w pojedynkach i dlatego starał się nie dopuszczać go do piłki. Nowym talentem jest Nytz, środkowy pomocnik, który wybijał się wytrzymałością, dobrą grą głową i płaskimi podaniami. Szczepaniak, najpewniejszy gracz w reprezentacji i tym razem nie zawiódł. Trzymał on w szachu atak nieprzyjacielski i interweniował skutecznie w niebezpiecznych momentach.

Król — zastępca Wodarza spisał się nad podziw dobrze. Wykorzystywał umiejętnie swą wa-



Reprezentacja Polski.

gę i szedł naprzód stwarzając zamieszanie w szeregach przeciwnika. Gałecki nie błyszczał, ale swoje pensum odrobił uczciwie. Obawy o Krzyka były uzasadnione. Bramkarz polski nie miał zbyt trudnego zadania, lecz początkowo gubił każdą piłkę. Później mu to przeszło i wówczas wykazał swą klasę godną reprezentacji. Kotlarczyk II nie wytrzymuje tempa — starość nie radość. Piec II ma na usprawiedliwienie swej słabej gry chyba to, iż przeciwnikiem jego był Söbirk, najlepszy gracz duński. Natomiast brat jego nie ma nic na usprawiedliwienie. Zawodził on w strzałach, a poza tym nie starał się wypracowywać pozycji do strzału. Nowicjusz w reprezentacji Pawłowski wykazał ambicję w grze, lecz egzaminu na środkowego napastnika nie zdał.

Bramki dla Polski uzyskali Wilimowski z przeboju, Król z podania Wilimowskiego i Piec I dobijając strzał głową Króla. Strzelcem bramki duńskiej był Iversen.

Mecz oglądało 22.000 widzów.

Dr Stan. Mielech.

KĄCIK LEKARZA SPORTOWEGO

ĆWICZENIA SIŁOWE

Placówki naukowe i propagandowe są często atakowane przez zwolenników ćwiczeń siłowych, takich jak zapaśnictwo, podnoszenie ciężarów, gimnastyka przyrządowa, za niepopieranie tych gałęzi, czasem nawet za przestrzeganie przed nimi. Rzeczywiście ćwiczenia siłowe nie są zalecane, teoretycy wychowania fizycznego, lekarze sportowi rzadko kiedy mówią o ćwiczeniach siłowych. Zwolennicy z oburzeniem przytaczają nazwę walk grecko-rzymskich, nawiązując do greckiego pięcioboju, w którym zapaśnictwo łączyło się z biegiem, skokiem i rzutami dyskiem i oszczepem.

Spróbujmy wyjaśnić te nieporozumienia. W pierwszym rzędzie zapasy obecne z obowiązkiem położenia przeciwnika na obie łopatki niewiele mają wspólnego z zapasami greckimi, gdzie walczono stojąco, a o wygranej decydowało trzykrotne obalenie przeciwnika; nie musiał to być upadek na łopatki, uklęknięcie jednak nie liczyło się. Dozwolone było podstawianie nogi, a może nawet chwyt za nogę. Zręczność była więc znacznie ważniejsza od siły.

Obecną walkę grecko-rzymską, podnoszenie ciężarów oraz gimnastykę przyrządową łączy się dlatego razem, że wszystkie te ćwiczenia wymagają siły i posługują się w znacznej mierze mięśniami pasa barkowego. Mięśnie pasa barkowego nie mogą wydatnie — z największym wysiłkiem — pracować na ruchomym oparciu, jakim jest oddychająca klatka piersiowa. Nabieramy więc tchu, zamykamy głośnię, zapieramy się nogami o ziemię, rękami o ustaloną klatkę piersiową i podnosimy ciężar czy przeciwnika w górę, podciągamy się w górę na poręczach, reku czy kółkach. Niepięknie wtedy wyglądamy: czerwona twarz, żyły nabrzmiałe, oczy wytrzeszczone; jeszcze gorzej wygląda wtedy w klatce piersiowej; zamknięte i ściśnięte w niej powietrze uciska wielkie pnie żylne, a także worek osierdziowy i zawarte w nim serce; ucisk na żyły wewnątrz klatki piersiowej tamuje odpływ krwi z żył twarzy, szyi, nóg; mała ilość krwi w wielkich pniach żylnych nie pozwala na wypełnienie serca krwią, ucisk na serce przeszkadza wypełnieniu, serce źle wypełnione słabo się kurczy, zaopatrzenie serca samego w krew też się pogarsza. W rezultacie stan taki nie może długo trwać; grozi nam zemdlenie, jeśli bezdech długo trwa, jak to doskonale zresztą czujemy.

W czasie bezdechu ciśnienie krwi gwałtownie i wysoko się podnosi, z chwilą wdechu gwałtownie spada i waha. Dla ludzi starszych o wysokim ciśnieniu krwi może to nawet być niebezpieczne. Ale i dla młodych nie jest bez szkody, gdyż żąda bardzo wiele od elastyczności tkanki płucnej i naczyń, a przeszkadza we właściwym rozwoju mięśnia sercowego. Zwłaszcza w okresie rozwojowym między 13-ym a 18-ym rokiem życia u chłopców serce jest stosunkowo cienkościenne, bardzo więc wrażliwe na ucisk.

Zdawałoby się więc, że ćwiczenia siłowe słusznie są potępiane? Tak jest, w razie wyłącznego ich zastosowania, jak to się czasem w źle prowadzonym zapaśnictwie i podnoszeniu ciężarów czy też w samej gimnastyce przyrządowej dzieje; nawet taki zwolennik ćwiczeń siłowych jak profesor Altrock z Lipska odrzuca ćwiczenia siłowe wyłącznie uprawiane, wręcz je zaś potępia, gdy w dodatku odbywają się w lokalach zamkniętych, nie posiadających łazienki i natrysków, wieczorami, często w formie zawodów, zakańczanych bankietami alkoholowymi na cześć zwycięzców.

Ten sam Altrock jednak uważa trójcę: zapasy, biegi długie i pływanie za idealny sposób ćwiczenia. Osobiście — także u nas — badałem zapaśników, łączących w zupełnie racjonalny sposób ze sobą zapasy z długimi biegami treningowymi i gimnastyką, co daje w wyniku bardzo dobre rezultaty zdrowotne.

Jeśli odrzucimy nawet ćwiczenia siłowe jednostronne, jak wyłączne uprawianie zapasów i podnoszenie ciężarów lub wyłączną gimnastykę przyrządową, to same ćwiczenia siłowe bez innych będą — w każdym wieku — mniej lub więcej szkodliwe.

Jeśli jednak stanowią one część składową ogólnych ćwiczeń dobrze prowadzonego wychowania fizycznego, a u dorosłych mężczyzn racjonalnego sportu, to mogą one dać dużo korzyści, wzmacniając mięśnie i kości, a pośrednio także serce i płuca.

A więc kto? kiedy? ile? jak? Oto byłyby najważniejsze zapytania.

Ćwiczenia siłowe, obecnie przez nas omawiane, zupełnie nie nadają się dla dziewcząt i kobiet; nie mają one przecież dostatecznych sił, często nie osiągają nawet 50% wyników męskich. Nawet gimnastyka przyrządowa, zwłaszcza o dużej pracy pasa barkowego, nie jest zalecenia godna, poprostu — jest męska, a nie kobieca. Częściowymi ćwiczeniami siłowymi dla kobiet będą rzut kulą, pływanie, wiosłowanie, turystyka z lekkim do 8 kg plecakiem.

W wieku lat 8—11—12 palą się chłopcy bardzo często do zapasów, chętnie je urządzają, w dodatku zupełnie z własnego popędu. Stosunek masy ciała do serca, długości kończyn do tułowia jest wtedy doskonały; samorzutnie opracowany regulamin walki podobny jest zwykle do zapaśnictwa greckiego, chodzi o obalenie przeciwnika z postawy stojącej. Zabawy te są zupełnie dopuszczalne, byle nie trwały zbyt długo. W stosunku do ogólnego czasu zabaw ruchowych, trwających 2 do 4 godzin dziennie w tym wieku, nie powinny przekraczać około 1/5 ich części. Ważnym jest, by między walkami chłopców były włączane pauzy, conajmniej kilkakrotnie większe niż sama walka. Te ćwiczenia siłowe są bardzo lubiane w tym okresie.

W 12-ym, 13-ym lub 14-ym roku życia, gdy rozpoczyna się gwałtowny wzrost w górę i zaraz po nim lub równocześnie z nim rozwój płciowy, wtedy trzeba je zupełnie przerwać. Szczupli, niezrównoważeni chłopcy o długich kończynach, jak gdyby pożyczanych, wykazują wskutek nagłego wzrostu i rozwoju płciowego, apatię, lenistwo ruchowe, często i umysłowe, męczą się łatwo i prędko, muszą odpoczywać długo, narząd krążenia jest u nich teraz względnie słabszy niż w poprzednim okresie.

Przerwanie ćwiczeń siłowych jest łatwe do przeprowadzenia, gdyż młodzież w tym czasie traci do nich ochotę; możemy o nich zapomnieć na kilka lat. Dopiero, gdy chłopak przestanie mutować, gdy z piskliwego dyszkantu przejdzie na głos pełny, męski, gdy rysy jego twarzy i postawa zmężnieją, wtedy znów czas przypomnieć sobie o ćwiczeniach siłowych.

Co 1/2 roku przeprowadzane badania sportowo-lekarskie pozwolą na kontrolę dojrzewania, a później na ocenę osiągniętego stopnia rozwoju, stabilizacji narządów krążenia i oddechowego. W razie szybkiego ukończenia rozwoju płciowego, najwcześniej jednak w 17-ym roku życia możemy myśleć o powrocie do ćwiczeń siłowych; do 20-go roku życia będą to tylko ćwiczenia przygotowawcze do zapaśnictwa, wyrabiające technikę, uczące chwytów, nie powinny to być już walki; mogą one mieć miejsce dwa razy w tygodniu jako dodatek do ogólnego programu ćwiczeń. W tym ogólnym programie będą one na ostatnim miejscu, na pierwszym miejscu pozostaną ćwiczenia szybkościowo-zręcznościowe jak biegi krótkie, skoki i rzuty lekkoatletyczne, gry piłkowe; dość znaczną, z roku na rok wzrastającą, część czasu poświęcimy wytrzymałości, na końcu dopiero myśleć będziemy o sile. Nie wszyscy chłopcy będą wykazywali skłonności pielęgnowania swej siły; szczupli, wysocy, o długich kończynach bardzo rzadko, krępi, niscy, o budowie zwanej często atletyczną lub mięśniową — typy herkulesowe — znacznie częściej. Ćwiczeń siłowych nie należy narzucać chłopcu, stosować je — nawet u chętnych — z umiarem, w każdym razie nie ponad ochotę chłopca. Umiejętnie stosowane dadzą dużą korzyść, rozwijając mięśnie i wzmacniając kościec.

Gdzieś między 18-ym a 21-ym rokiem życia powinny badania sportowo-lekarskie pozwolić na stwierdzenie dobrego wyrobienia ustroju, wtedy można przejść do zaprawy intensywniejszej, mającej już na celu specjalizację w tej ulubionej gałęzi sportu. Pamiętać jednak trzeba, że nie należy spieszyć się — mamy czas; pełny rozwój siły osiąga młodzież polska znacznie później niż szybkości i zręczności, gdyż dopiero około 29-go roku życia. Właściwe więc lata dla osiągnięcia szczytowej formy będą między 23-i a 32-im rokiem życia; jednak i później jeszcze można się długie lata utrzymać w wysokiej formie. Najczęstszym powodem nieosiągnięcia wysokiej formy jest zbytni pośpiech w zaprawie.

Pośpiech w zaprawie w ćwiczeniach siłowych jest niedopuszczalny, gdyż — stosując ćwiczenia siłowe jako bodziec rozwojowy dla mięśni, kośćca, serca, mięśni oddechowych, musimy pozwolić, by mogły one na podnietę rozwojową odpowiedzieć rozwojem, co wymaga dość długiego czasu. Próbując wydostać wyższe wyniki, możemy w pewnym względzie wyzyskać lepszą koordynację mięśniową, wprawę i przez to — osiągnąć lepszy wynik. Gdy zechcemy pójść prędko dalej, nie czekając na rozwój mięśni, spowodujemy łatwo przemęczenie, w silnych i średnich stopniach wręcz szkodliwe dla zdrowia, obniżające poziom wyników.

W końcu należy pamiętać, by w czasie zaprawy, walk, ćwiczeń, organizm pracował w jak najlepszych warunkach higienicznych, najlepiej na słońcu i powietrzu. Sala jest zawsze gorszą namiastką, musi być doskonale przewietrzana. Ważną rzeczą jest też jak najszybsze pozbycie się potu ze skóry po ćwiczeniach; ciepłe lub conajmniej letnie natryski, obficie stosowane, są koniecznością. Użycia zimnej wody należy unikać, gdyż również podwyższa ciśnienie krwi jak same ćwiczenia, za dużo więc byłoby wpływów w tym samym kierunku, niezbyt korzystnym.

Postarałem się więc zlekka naszkicować słuszne stanowisko wobec ćwiczeń siłowych:

wyłączne ćwiczenia siłowe — są złe, szkodliwe; dobrze prowadzone ćwiczenia siłowe jako część ogólnego programu wychowania fizycznego, a później sportowego, są bardzo korzystne i zalecenia godne.

W. D.

DLACZEGO KOBIETA POWINNA UPRAWIAĆ SPORT?

Pytanie zawarte w tytule niniejszego artykułu doczekało się wielu mniej lub bardziej trafnych odpowiedzi, mimo to wciąż wykwita przed nami jako problem o znaczeniu aktualnym. Przede wszystkim dlatego, że jasne sprecyzowanie tej odpowiedzi w umysłach ogółu to nic innego tylko zrozumienie dla potrzeb sportu, a zrozumienie, to już szeroko otwarta droga do powszechności, o którą walczymy w sporcie kobiecym od wielu lat, uparcie, jakkolwiek nie zawsze skutecznie.

Obecna koniunktura życiowa układa się wyjątkowo trudno dla bytowania szerokiego ogółu. Wszystko to, czym żył człowiek wczorajszy, należy do przeszłości; to, czym ma żyć człowiek rodzący się w naszych oczach, zaledwie wyłania się z mgieł twórczego chaosu. Zarysowuje się tu jednak niewątpliwa prawda: że przeżyć dobrze dzień dzisiejszy będzie umiała **tylko jednostka obdarzona wielką żywotnością i odpornością zarówno fizyczną jak i duchową, jednostka umiejąca cieszyć się życiem** i wierzyć, mimo wszystko, w lepsze jutro.

Na tle obecnych stosunków, zarówno ekonomicznych jak i społecznych, specyficznie zarysowuje się rola kobiety współczesnej, stawiając ją wobec zadań podwójnie ciężkich, niejednokrotnie o wiele za ciężkich na jej siły. Ta do niedawna „ozdoba salonu" musi podołać wszystkim obowiązkom jakie nakłada na nią dom, praca zawodowa, praca społeczna, a jednocześnie musi odrabiać w sobie ową wielowiekową zaległość, jaką nawarstwiły w jej mentalności długie lata życia zacieśnionego wyłącznie do obowiązków matki i pani domu.

Wiele jest dróg, którymi zdążają kobiety ku temu uodparnianiu życiowemu i obskurantyzmem byłoby twierdzenie, że sport to z pośród nich najwłaściwsza. Z całą pewnością można jednak zaryzykować twierdzenie, że polska kobieta sportu jako pierwiastka kształtującego nie docenia, a właśnie on obfituje w wiele momentów, zdolnych minusy i braki konstytucji fizycznej kobiety, a przez to i charakteru — przekształcić i zbliżyć do wzoru, na który dziś w życiu jest popyt.

Kobieta musi być silną. Bez przenośni — musi być silną i zdrową jako matka przyszłych pokoleń, jako istota pod pewnymi względami upośledzona fizycznie przez naturę, a obarczona rozległym zakresem prac, wymagających od niej dużego wysiłku energetycznego.

Wiele jest zdań i poglądów co do wpływu poszczególnych gałęzi sportu na organizm kobiecy. Co do jednego jednak prawie wszystkie są zgodne: że sport racjonalnie stosowany, to znaczy nie goniący za zgubnym mirażem rekordu, ale uprawiany wszechstronnie i w ramach umiarkowanych aspiracji współzawodniczych i potrzeb utylitaryzmu życiowego, wspaniale kształtuje ciało i uodparnia organizm.

Kobieta musi być bardziej odporną psychicznie. Bolączką naszej wewnętrznej struktury kobiecej jest to, że zbyt pochopnie idziemy za głosem swoich instynktów, nie umiejąc je ująć w żelazne karby woli i dyscypliny, i podporządkować rozsądkowi czy woli. Instynkt w życiu kobiety odgrywa dominującą rolę, niekiedy twórczą, ale jakże często staje się powodem załamań i tragedii, podrywając skrzydła jej wielkim aspiracjom. Sport jest poniekąd środkiem oczyszczającym dla instynktów, a z całą pewnością szkołą ich opanowywania. Posługując się takim arsenałem sposobów, jak opanowanie strachu czy zmęczenia, wyrabianie karności, za pośrednictwem drobnych zda się nic nie znaczących zmagań ze sobą na boisku czy na wielkiej arenie, natura staje się przetartą ścieżyną do większych zwycięstw nad sobą.

Kobieta powinna dążyć do rozbudowania w swym charakterze inicjatywy, szybkości decyzji i odwagi. Być może, jest rzeczą miłą być wiotkim powojem owijającym się dookoła czyjejś silnej i mężnej prawicy, ale niestety chociażby przez wzgląd na to, że tych „prawic" jest o przeszło 200 tysięcy za mało, kobieta musi się usamodzielniać. Przemawiają za tym argumenty najbardziej ważkie. Czasy naszych prababek, podróż z Warszawy do Sochaczewa uważających za największe doznanie swego życia — należą do lamusu wspomnień; to co wczoraj było uważane za czyn szaleńczej odwagi — dziś jest traktowane ,jak chleb powszedni. Jak sobie poradzi słaba, trwożliwa istotka, miotająca się w przerażeniu w poprzek jezdni?

Kto wędrował wąskimi ścieżynkami po szczytach górskich, mając nad sobą pułap z gwiazd i bezdenne zda się przepaście o parę cali od stopy, kto ma po za sobą włóczęgi wodne po nieznanych szlakach rzecznych, kto stawiał czoło szale-



Piękny akord.

jącej wichurze, hamując narty nad krawędziami skał, — ten może zaświadczyć, jak wspaniałą szkołę charakteru stanowią wszelkiego rodzaju sporty terenowe, które stawiając człowieka wobec groźnej potęgi przyrody, uczą go zaradczości, spostrzegawczości, odwagi i decyzji, i skierowują jego myśl ku rzeczom pięknym i bohaterskim.

A wreszcie — dziedzina życia sportowego, to wspaniałe laboratorium, w którym z trzech pierwiastków: ruchu, słońca i powietrza wykuwa się bezcenny skarb, radość życia. Gdyby przekreślić wszystkie inne wartości sportu czy sportowania dla tej jednej zdolności rozbudzenia naturalnego zdrowego pożądania życia, zmagazynowania energii witalnej, której naszej słowiańskiej duszy nigdy nie jest za wiele, względnie wydobycie jej na światło dzienne z pod skorupy zmęczenia i rozklekotanych nerwów — należy mu dać w systemach kierujących życiem wspóczesnego pokolenia poczesne miejsce.

Cierpliwy czytelniku, czy czytelniczko! Kobieta nie jest tylko kobietą, pracownicą umysłową czy fizyczną, matką dzieciom i panią własnego domu. Jest jeszcze po za tym czynnym członkiem społeczeństwa, jest wiernym dzieckiem swego kraju, przez przeciąg wielu stuleci służąc mu całym sercem, służąc mu zawsze, mówiąc po sportowemu, „fair".

W szeregi bojowców idei państwowej stają posłusznie dziś — jeden po drugim, nieomal wszystkie twórcze tereny pracy, wśród nich oczywiście i sport. Państwo żąda od swych obywateli wypracowania pewnej postawy, wyrobienia pewnych dyspozycji w swym charakterze, umożliwiających im wykonanie tych wszystkich zadań, jakie na nie nakłada. Sport w tej konstruktywnej, idącej od podstaw pracy, jest dla nas wielce pożyteczny, będąc warsztatem, przy którym rzeczy przyjemne stają się pożyteczne, a interes osobisty jednostki splata się harmonijnie z interesem ogółu.

Tysiące kobiet niemieckich przechodzą swe dojrzewanie sportowe w zastępach wielkiej narodowej organizacji; dziewczęta sowieckie entuzjastycznie uprawiają wszelkiego rodzaju sporty mogące służyć jako zaprawa do potrzeb obronnych państwa, dziewczęta włoskie, rumuńskie garną się ochoczo pod płócienne dachy, na żwirowane bieżnie i parkiety sal treningowych; wiedzie je obecnie już nietylko motyw osobisty, ale jeszcze inna, bardziej ważka myśl.

Czy nasze społeczeństwo kobiece ma pozostać tej myśli obce? Oto jest pytanie, a zarazem odpowiedź — „dlaczego kobieta w Polsce powinna uprawiać sport".

St. Mianowska.

HOKEY NA TRAWIE ODŻYWA

Hokej na trawie — stosunkowo mało u nas rozpowszechniony — zagranicą cieszy się dużym powodzeniem, czego wyrazem jest włączenie go do programu Igrzysk Olimpijskich, przeprowadzone zresztą przed wielu już laty.

Na Igrzyskach w Berlinie wszystkie rozgrywki hokejowe cieszyły się **niesłabnącym zainteresowaniem publiczności.** Stadion hokejowy nie był w stanie pomieścić wszystkich sympatyków: 20 tysięcy miejsc okazało się za mało.

Aczkolwiek początki swoje na gruncie polskim hokej stawiał od jesieni 1926 r., to jednak jego największy rozwój przypada na lata 1928—30, lata pomyślnej koniunktury gospodarczej. W tym okresie powstały liczne kluby i sekcje hokejowe na terenie Śląska, Pomorza, Poznańskiego, Wileńszczyzny i Warszawy. Ale nadeszły **chwile przełomowe** 1931—34, chwile załamania się koniunktury. Wyschły źródła dochodów, nie było funduszów na wyjazdy, zaczął się upadek hokeja na trawie w Polsce. W tej sytuacji znalazł się **człowiek, który poderwał do pracy istniejącą jeszcze garstkę najwytrwalszych.** Zaprawdę w trudnej sytuacji znalazł się kpt. mgr. Baczyński, obejmując prezesurę PZHT w roku 1935. Trzeba było spłacić długi, na nowo tworzyć wszystkie wydziały związku, zaprowadzić księgowość, odrobić wszelkie zaległości, szukać nowych ludzi do pracy, odzyskać zaufanie i zachęcać kluby do przetrwania. Była to naprawdę cicha praca pionierska i twórcza, nie dająca zaszczytów, a jakże często usiana zaporami i cierniami.

Ostatnio duże zainteresowanie hokejem na trawie okazali instruktorzy CIWF z kpt. Józefem Baranem na czele, oraz grono wychowawców fizycznych. Stało się to na obozie letnim w Sierakowie, gdzie zgrupowała się młodzież szkół średnich z całej Polski, a jednocześnie odbywał się pierwszy obóz PZHT.

Obóz ten prowadził trener z Hamburga — p. Werner Aubel, który udzielił również kilku lekcji instruktorom CIWF oraz wychowawcom fizycznym. Odbyły się nawet zawody pomiędzy tymi ostatnimi, a uczestnikami obozu hokejowego, przyczym nielada zdolnościami zabłyśli kpt. Baran, pp. Ciszewski, Roszko, Kłyszejko, Adamski i inni. Cała młodzież zebrana na obozie przyglądała się tym zmaganiom z nieopisanym entuzjazmem, a po grze podrzucała na ramionach bohatera dnia — prof. Ciszewskiego.

Jeśli chodzi **o zamierzenia na najbliższą przyszłość,** to PZHT ma w projekcie organizowanie turniejów błyskawicznych, oraz, już we wrześniu — mistrzostw Polski. Około połowy października ma nastąpić w Warszawie **spotkanie pomiędzy instruktorami CIWF, a jedną z drużyn poznańskich.** PZHT ma nadzieję, że publiczność stołeczna poprze tę imprezę i że chociaż jeden z klubów warszawskich zdobędzie się na założenie sekcji hokejowej.

Z wiosną 1938 PZHT myśli sięgnąć do Wilna, Grodna i Białegostoku, gdzie są dobre możliwości rozwoju tej gałęzi sportu. Poza tym związek szuka **firm krajowych,** które by się podjęły fabrykacji lasek hokejowych, piłek oraz pantofli.

Tak więc, po długim okresie marazmu, hokej polski zaczyna się znowu rozwijać i z coraz większym optymizmem patrzeć w przyszłość.

T. Kisłowski.



Obóz hokejowy w Sierakowie.

BUDUJMY YACHTY MORSKIE W KRAJU!

Nie można sobie chyba wyobrazić piękniej wykorzystanego czasu urlopu letniego, niż na morzu i w dodatku na własnym jachcie, wobec świadomości absolutnej swobody i nieskrępowania, kiedy przestają istnieć granice, a największe odległości maleją do minimum, po przeliczeniu na te kilka dni prawdziwej przyjemności, jaką dla każdego amatora żeglarstwa jest turystyka morska.

Żeglarz czuje się swobodny, jak ptak. Dziś Gdynia, a jutro fiordy Szwecji, czy szkery Finlandii. Niema niemożliwości. Niema dość wielkich przeszkód, któreby mogły skutecznie zamknąć dostęp do jakiegoś cudu świata morskiego człowiekowi, który pod nogami poczuł deski pokładu i umie władać żaglem. A ludzi takich jest w Polsce coraz więcej. Na ich wyszkolenie i przygotowanie złożyły się lata pracy ośrodków morskich, organizacji społecznych i ludzi dobrej woli, którzy — zaznawszy rozkoszy lotu na białych skrzydłach żagli — nie schowali światła pod korzec, ale — wbrew wszystkim przeciwnościom, jakie zrodziła nasza narodowa tradycja szczurów lądowych— tak długo szczepili wilczą krew w otoczenie, aż szczurze serca uderzyły zgodnym rytmem na wilczą modłę.

Polską banderę sportową coraz częściej oglądają szerokie wody. Powoli przestajemy w oczach zagranicznych żeglarzy być „słodką wodą".

Wraz z narodzinami kadry żeglarskiej przyszło na świat zagadnienie wzrostu flotylli jachtów. Jak dotychczas — żeglarze nasi wychodzili w morze przeważnie na jachtach pochodzenia zagranicznego, nabywanych przez jednostki, czy kluby okazyjnie. „Okazje" te bywały bardzo różne i nierzadko nabywca poniewczasie dochodził do smutnego przeświadczenia, że w całej tej aferze, jedyną prawdziwą okazją był on sam dla sprzedawcy.

Trzeba było pomyśleć o możliwości stworzenia specjalnej gałęzi własnego przemysłu, co z kolei, pociąga za sobą konieczność organizacji rynków zbytu, o ile dana gałęź przemysłu nie ma być a priori skazana na zagładę. I tu właśnie okazało się, że czasem pozornie niewinnie wyglądający orzeszek, może mieć diablo twardą skorupę.

Ci, których było stać na kupno jachtu — przeważnie już od dawna żeglują na rozmaitych „okazjach". Nasuwa się za tym pytanie: kto właściwie ma zamawiać jachty w stoczniach polskich? — Zagadnienie to jest tym bardziej piekące, że wiąże się z nim ściśle problem dalszego rozwoju naszego jachtingu morskiego.

Typ jachtu popularnego został już ustalony. Będzie to jacht turystyczny, pełnomorski, o 45 m² pow. żagla, długości 9 m, wzorowany na słynnej już w naszym młodym światku żeglarskim „Dali", na której Bohomolec, Świechowski i ś. p. Witkowski przebyli Atlantyk.

Oczywiście, jako jacht popularny, turystyczny, będzie on posiadał dość prymitywne wyposażenie kajutowe, za to cena jego, przy produkcji seryjnej, wraz z zasadniczym wyposażeniem nawigacyjnym, pokładowym i kajutowym nie przekroczy kwoty 6.000 zł.

Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego, w zrozumieniu znaczenia, jakie dla wychowania jednostki posiada zetknięcie jej z morzem — ma zamiar kredytować, a nawet w 10 do 15% całkowitej sumy, premiować spółki żeglarskie, t. zw. „maszoperie", które zawiążą się z zamiarem zamówienia takiego jachtu w stoczni krajowej.

Przyjrzyjmy się teraz jak przedstawiać się będzie cała sprawa, po „przeliczeniu na złote".

Biorąc pod uwagę, że zasadniczo, człowiek pracujący dysponuje mniej więcej jednym miesiącem urlopu wypoczynkowego, a jacht, mogący pomieścić sześć osób, będzie mógł być wykorzystany przynajmniej przez dwa miesiące letnie (lipiec i sierpień) — maszoperia (spółdzielnia żeglarska), dysponująca jachtem, może liczyć 12, nawet do 18 członków. Odejmijmy teraz od ceny jachtu brutto 10%, jako **minimalną** premię P.U.W.F. i P.W. — do podziału między maszopów pozostanie 5.400 zł, czyli przy 12 tylko udziałowcach po 450 zł na udział. W myśl przewidywanego regulaminu spółdzielni żeglarskich — każdy członek maszoperii — winien będzie wnieść te 450 złotych w ciągu pierwszego roku, wpłacając **po 37 zł. 50 gr. miesięcznie.** — To w roku pierwszym. W latach następnych pozostanie już tylko do poniesienia zbiorowym wysiłkiem koszt konserwacji, asekuracji i doraźnej eksploatacji jachtu, który to koszt, przy umiejętnej gospodarce **nie przekroczy 60 zł. rocznie od osoby.**

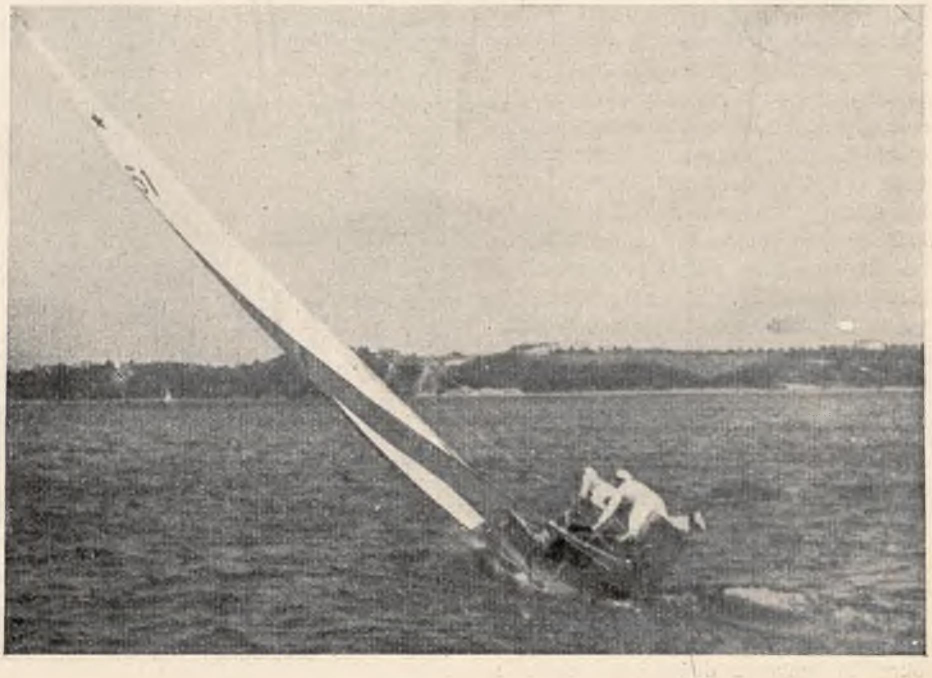
Policzmy dalej: — przyjmijmy, że tego rodzaju jacht, przy średnim utrzymaniu przeżyje 15 lat. Dzieląc czterystopięćdziesięciozłotowy udział na 15 lat użytkowania jachtu, otrzymamy jego zużycie roczne, czyli amortyzację roczną. Dodając teraz koszt amortyzacji rocznej 30 zł., dalej koszt konserwacji i asekuracji 60 zł. oraz koszt wyżywienia człowieka w ciągu miesięcznej podróży około 60 zł. — otrzymamy **ogólny koszt jednomiesięcznej wycieczki morskiej 150 zł.**

Sto pięćdziesiąt złotych za miesiąc, po królewsku spędzony na własnym jachcie! Mam wrażenie, że dalsze komentarze są tu zupełnie zbyteczne. Cyfry są dostatecznie wymowne. — Przecież każdy, średnio sytuowany człowiek wydaje więcej w czasie miesięcznego urlopu.

Koledzy żeglarze! — typ próbny buduje się w Stoczni Yachtowej w Gdyni. Jeszcze tego roku na jesiennych sztormach Bałtyku zda egzamin dojrzałości. Jak wyżej wspomniałem — P.U.W.F. i P.W zamierza kredytować budowę. Teraz chyba nic już nie stoi na przeszkodzie rozwojowi naszej białej floty. Trzeba tylko, by zawiązało się jaknajwięcej maszoperii żeglarskich.

Zaciśnijmy trochę pasa, a wraz z pierwszym wiosennym podmuchem, nasze własne, w Polsce zbudowane jachty poniosą w świat polską banderę.

Wojciech Stypuła



Gdy się ma dobry wiatr...

USPORTOWIENIE WSI

Kiedy zastanawiam się nad modnym zagadnieniem usportowienia społeczeństwa, w szczególności zaś usportowienia wsi, to wydaje mi się, że zagadnienie takie wcale nie istnieje. Na pewno nie istnieje, jeśli idzie o usportowienie w ścisłym tego słowa znaczeniu tj. w sensie **sportu zorganizowanego, klubowego, ze wszystkimi rejestracjami, mistrzostwami, weryfikacjami itd.** Takiego sportu dzisiaj na wsi na pewno **nie stworzymy,** bo jest on wykwitem pewnej kultury, jest spowodowany potrzebą silniejszych przeżyć i emocyj, aniżeli może je dać zwykła rozgrywka w siatkówkę, czy też wyścig od rowu do lasu i z powrotem. Nie wiem, czy się nie mylę, ale wydaje mi się, że **o taki sport na wsi wcale nam nie idzie.** Organizację sportu w całym tego słowa znaczeniu możemy wprowadzić na wieś dopiero wtedy, kiedy już się tam zakorzeni bardzo mocno **potrzeba ruchu,** kiedy zorganizowany odpoczynek całkowicie zastąpi dzisiejsze wylegiwanie się pod gruszą w wolnych chwilach od pracy i od hulatyk. Przecież nie do pomyślenia jest np. prowadzenie mistrzostw piłki nożnej tam, gdzie zaledwie istnieje najprymitywniejsza znajomość zasad „kopania piłki" (grą tego w żadnym razie nazwać jeszcze nie można). Dopiero, gdy to proste kopanie przerodzi się w **potrzebę gry,** gdy zamiast kopania na bosaka zaistnieje potrzeba butów, gdy wreszcie grający zrozumieją, że aby mieć konieczną w grze swobodę ruchów, trzeba mieć odpowiednie do tego lekkie ubranie, — wtedy dopiero mogą się na wsi pojawić pewne przepisy, rozgrywki, a może i mistrzostwa. Dzisiaj nam do tego bardzo jeszcze daleko.

Jeżeli zważymy, że najodpowiedniejsza do uprawiania wszystkich sportów pora roku tzn. lato, jest okresem nadzwyczajnie wzmożonej pracy fizycznej, jeżeli weźmiemy pod uwagę, że w tym właśnie okresie letnim ludność wsi pracuje od wschodu słońca do jego zachodu, nie bacząc nawet na spiekotę południa, — to nie możemy się bardzo dziwić temu, że ludność ta w dni świąteczne najchętniej po prostu śpi na przyzbie chaty lub w cieniu drzewa. Są natomiast pewne okresy, w których ludność wiejska dysponuje pewną ilością wolnego czasu nawet w lecie, nie mówiąc już o zimie, kiedy od zmroku do białego dnia leży na posłaniu, a i w dzień zaledwie jednostki zajęte są porządkami i obsługą inwentarza. W tych to okresach **powinni się znaleźć na wsi odpowiednio przygotowanymi do pracy wychowawcy fizyczni,** którzy mogliby właśnie wtedy zasiać dobre ziarno zamiłowania do ruchu i przeciwdziałania gnuśnieniu. Poza okresem zimowym, jako okres stosunkowo dużej ilości czasu, uważam okres tuż przed sianokosami i żniwami, a przy racjonalnej gospodarce, również i tuż po zbiorach zbóż, przed kopaniem kartofli.

Biorąc to wszystko, co już dotychczas powiedziałem, pod uwagę, widzimy wyraźnie **wielkie trudności,** na jakie napotka wychowawca fizyczny na wsi. W szeregu artykułów będę usiłował wskazać na pewne sposoby pracy na wsi, **zapraszając wszystkich znających warunki bytowania na wsi do wymiany myśli** na ten niezmiernie ważny i interesujący temat.

W artykule dzisiejszym chcę poruszyć jedno tylko **zagadnienie, wykorzystywania wolnego czasu w jesienne niedzielne popołudnia.** Jest to zagadnienie i aktualne i bardzo ważne, bo jak powiedziałem na wstępie, jest to okres, kiedy ludność wiejska ma więcej wolnego czasu i kiedy można zaszczepić jej zamiłowanie do swobodnego a nie tylko zarobkowego ruchu. Oto kilka obrazków z takiego niedzielnego jesiennego popołudnia.

Pod lasem, w cieniu drzew, leży kilkunastu wyrostków, ziewając i opowiadając nieprawdziwe zdarzenia, gęsto przeplatane przekleństwami. Palą papierosy, zaciągając się głęboko duszącym i niezbyt przyjemnie pachnącym dymem, spluwają często przez zęby. Naraz przychodzi jednemu z nich do głowy myśl sprobowania swoich sił: kto najdalej splunie. Zaczynają się zawody. Stają po kolei na mecie i po mistrzowsku spluwają przez zęby. Nie trwa to zbyt długo, gdyż innemu z chłopców nie podoba się to i proponuje co innego: sprobujmy lepiej, kto pierwszy dobiegnie od lasu do



Maratończycy na trasie. Foto Jan Ryś

drogi. Ponieważ już **współzawodnictwo zostało poprzednio** pobudzone, chętnie wszyscy stają na jednej linii, a projektodawca liczy do trzech. Na — trzy — wszyscy biegną. Nie patrzą na to, że komenderujący jest wyraźnie w korzystniejszej sytuacji, oraz na to, że po przybiegnięciu do niedalekiej mety, trudno im samym będzie osądzić, kto naprawdę był pierwszym, bo różnice na niewielkiej przestrzeni są bardzo małe.

Jeśli byśmy dodali do tego obrazka chłopca, który już skądkolwiek wyniósł **umiejętność organizowania najprostszych zawodów,** jeśli zabierze się on umiejętnie, nie narzucając żadnych przepisów, a jedynie radząc i ułatwiając zawody, to kto wie, czy z tej prostej, a początkowo nawet nie estetycznej zabawy, nie wyrodzi się chęć wydoskonalenia się w biegu, aby kiedyś zwyciężyć w takich zawodach.

A oto inny obrazek. W wiosce, gdzie już jest pewne zrozumienie potrzeb wychowania fizycznego, na małym skrawku ziemi założono boisko do koszykówki, na którym od czasu do czasu zbiera się gromadka chłopców, aby porzucać do obręczy, jedynej pozostałości po koszach, czym się uda: kamieniem, wiechciem słomy, kłębem pakuł i szmat itp. Aż pewnej niedzieli znalazła się na tym prymitywnym boisku **piłka,** prawdziwa skórzana piłka. Przywiózł ją jeden z chłopców, który dostał ją jako nagrodę w zawodach sportowych, organizowanych przez powiatowy komitet wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego. Ta właśnie **piłka przyciągnęła na boisko** chyba wszystkich wiejskich wyrostków, a zwabieni tłumem przyszli za nimi i starsi gospodarze, tu i owdzie znalazła się dziewucha co śmielsza i ciekawsza, a nawet i jedna gosposia. O grze w koszykówkę chłopcy nawet pojęcia nie mieli, ale ot po prostu rzucali do koszy, wyrywając sobie wzajemnie piłkę i oglądając ją ciekawie przed każdym rzutem. Hałas i rozgardiasz panował przy tym nieznośny, bo każdy chciał jak najczęściej rzucać piłką. Jeden z młodszych gospodarzy przyglądał się temu przez pewien czas, aż w końcu podszedł bliżej do grających i zaproponował, aby się ustawili w rzędzie i rzucali po kolei piłkę do kosza, przy czym każdy, który rzut wykonał idzie na koniec rzędu, a następny chwyta piłkę i rzuca. Chłopcy posłuchali i zaczęli rzucać porządnie, a gospodarz liczył każdemu trafne rzuty. Po kilku kolejkach rzutów wyłonił się z gromadki **mistrz,** mający najwięcej trafnych rzutów, oraz inni mający coraz mniej trafień. Instruktorzy wychowania fizycznego łatwo dorobią sobie dalszy ciąg zdarzeń w tej wiosce: chłopcy dużo czasu spędzali przed koszami, aby się nauczyć trafnie rzucać, a rozgrywane od czasu do czasu „zawody" zmieniały osoby „mistrzów", w zależności od sumy pracy włożonej w wyćwiczenie. Jeżeli znaleźlibyśmy w tej wiosce jeszcze kogoś, kto wymyśliłby jawieś **zawody w prowadzeniu piłki w biegu,** a wreszcie w prowadzeniu z obroną, to po pewnym czasie moglibyśmy w tej wiosce dochować się wcale niezłej **drużyny koszykówki.** Zainteresował mnie ten gospodarz, który zorganizował pierwsze zawody i dopytałem się, że nie wymyślił ich sam, ale przypomniał sobie, że w czasie pobytu w pułku piechoty w Radomiu, takie właśnie zawody urządzali i choć to już sporo lat od tego czasu minęło, przecież przypomniały mu się one i prawie mimo woli stał się pierwszym **organizatorem sportu** w swojej wiosce.

Obrazków takich mógłbym opisywać sporo. Poprzestanę jednak na razie na tym. Jasno bowiem widać z nich, że **jeśli umiejętnie zabrać się do tej pracy, to można osiągnąć ciekawe rezultaty.** Konieczne tylko jest dostosowanie się do wolnego czasu na wsi, jaki taki sprzęt i plac do ćwiczeń, oraz człowiek, nie tylko umiejący organizować taką pracę, ale **czujący właściwości terenu wiejskiego.**

M. Krawczyk.

U PROGU NOWYCH PRAC A. Z. S.

Akademickie Związki Sportowe należą do najciekawszych organizacyj klubowych w Polsce. Mając rozbudowany aparat sekcyjny dla wszystkich niemal gałęzi sportu, zrzeszają one wybitnie wartościowy element młodzieży, tak, że w oparciu o ducha szlachetnej rywalizacji potrafiły znaleźć się w rzędzie najlepszych klubów w Polsce.

Chronologicznie biorąc pierwszy powstał A.Z.S. Kraków, następnie A.Z.S. Warszawa, Lwów, Poznań, Wilno, a wreszcie A.Z.S. Lublin i Gdańsk. Czas jakiś istniał i A.Z.S. — Cieszyn, ale wobec braku podstaw natury prawnej oraz wobec słabo rozwijającego się tam ruchu sportowego został rozwiązany.

Pierwotnie A.Z.S.-y, aczkolwiek utworzone na tych samych zasadach, żyły z osobna od siebie. Dopiero później zjazd delegatów wyłonił jako instancję nadrzędną Centralę, łączącą wszystkie oddziały. W ten sposób powstała Centrala Akademickich Związków sportowych, nadająca temu już zorganizowanemu światu sportowemu cechy jak gdyby rodzinnej wspólnoty.

Akademik z Wilna, członek tamtejszego A.Z.S.-u, czuł się bliskim kolegą studenta z A.Z.S. Kraków czy Poznań, jako zrzeszonego we wspólnej organizacji.

Już same znaki zewnętrzne określały ten czynnik wspólnoty. Ta sama nazwa, to samo godło — gryf z literami A.Z.S. na piersi: odmienne były tylko dla każdego oddziału barwy pola. I tak Lwów ma barwę czerwoną, Warszawa — zieloną, Poznań — j. niebieską. Wilno — fiołkową itd.

Z chwilą wejścia w życie nowej ustawy o stowarzyszeniach akademickich, zdawało się, że tak misternie zjednoczona rodzina skazana jest na zagładę, że A.Z.S.-y muszą żyć tylko życiem swojego zaścianka, że nie wolno im teraz posiadać jednolitej władzy nadrzędnej.

Rzeczywiście z tą chwilą wytworzył się jak gdyby zastój. Poczucie tymczasowości zaciążyło nad A.Z.S-ami. Nie dość na tym: stare statuty przestały w A.Z.S.-ach mieć moc wiążącą, a nowych nie było.

Obecnie, po czterech latach oczekiwań, nowy statut został zatwierdzony. Wzorem państw zachodnich, w których sport akademicki ma już gdzie niegdzie przeszło stuletnie tradycje, charakter wspólnoty rodzinnej A.Z.S.-ów został utrzymany. Państewko akademickie doczekało się spełnienia swych gorących pragnień. Sport akademicki, ujęty w ramy organizacyjne A.Z.S-ów, uzyskał charakter odrębności. Zatwierdzony statut Centrali Akademickich Związków Sportowych w Polsce stawia ją na równi ze związkami ogólno państwowymi, z tą wszakże różnicą, że jest ona najwyższą magistralą dla wszystkich gałęzi sportu akademickiego w Polsce.

Od tej chwili wszystkie emanacje sportu w poszczególnych A.Z.S.-ach mają swoje ogólne władze najwyższe, powołane dla ujednostajnienia kierunku prac sportowych we wszystkich ośrodkach akademickich w Polsce. Kuratoria A.Z.S-ów i Centrali dają swoją etatowością gwarancję, że praca na terenie sportu Akademickiego w Polsce będzie zgodna z dyrektywami najwyższych władz państwowych.

W niedalekiej już przyszłości komisja porozumiewawcza A.Z.S-ów zwoła w ramach tygodnia propagandy sportu akademickiego zjazd delegatów, dla ukonstytuowania się Centrali A.Z.S-ów w Polsce.

W następnym numerze: kpt. Baran o gimnastyce Bukha, Zygmunt Wieliński o zaprawie pływackiej, Jarosław Nieciecki o sporcie na wsi, wiersz J. A. Gałuszki do muzyki B. Wallek-Walewskiego!

NASZE WARSZTATY PRACY

Wielkopolska jako teren akcji w. f. jest jedną z najbardziej żywotnych dzielnic Polski.

Praca ta, mając za sobą tradycje polskie sięgające jeszcze czasów zaborczych, znajduje bardzo duże zrozumienie w społeczeństwie, jako akcja wychowawcza higieniczna i rozwojowa zarówno młodzieży, jak i ludzi dorosłych. Zajmuje się nią około 500 klubów sportowych; organizacje takie jak: Kat. Stow. Młodzieży Męskiej i Żeńskiej, T. G. Sokół, Zw. Strzel., OPWK. do O. K., Zw. Harc. Polsk., Kol. P. W., Poczt. P. W., które w Okręgu Wielkopolskim są jednymi z najliczniejszych, zarówno pod względem ilości oddziałów, jak i zrzeszonych członków. Każde najmniejsze nawet miasteczko w Wielkopolsce posiada swój klub sportowy, a każda miejscowość, oddziały zrzeszeń i organizacji młodzieżowych.

Na specjalną uwagę zasługuje praca najstarszego i największego pod względem zasobności w tereny i urządzenia — Okręgowego Ośrodka W. F. w Poznaniu, prowadzonego od ośmiu lat pod fachowym kierownictwem kpt. Łapińskiego.

Ośrodek poznański posiada: 2 sale gimnastyczne, salę bokserską, szermierczą, wykładową, ping-pongową, krytą halę zimową, stadion sportowy, boisko do piłki ręcznej, korty tenisowe, boisko hokeja lodowego oraz internat, z salą jadalną, świetlicą, kuchnią, izbą chorych, ambulatorium, natryskami itp.

Jako instytucja szkoląca instruktorów ćwiczeń ruchowych i poszczególnych działów sportów dla wojska, organizacyj w. f. i p. w., klubów i związków sport. oraz wszelkich stowarzyszeń mających w swych programach wych. fizyczne — jest jedną z najbardziej żywotnych i ruchliwych w Polsce.

Dotychczas od 1927 r. na 295 męskich i 87 żeńskich kursach, przeciętnie 3-tygodniowych, instruktorskich i wstępnych, przeszkolono około 7000 mężczyzn i 1800 kobiet. W ostatnim roku sprawozdawczym na 47 kursach przeszkolono 1012 mężczyzn i 315 kobiet.

Okręgowy Ośrodek W. F. pracuje zarówno na terenie miasta Poznania, jak i na obszarze całego Okręgu Wielkopolskiego, organizując kursy skoszarowane, dochodzące i objazdowe, przeprowadzając akcję propagandową w tych miejscowościach i w tych działach sportu, które tego wymagają. Poza tym udziela Okr. Ośrodek swych urządzeń i sprzętu klubom i organizacjom miasta Poznania, za opłatą pokrywającą własne koszta administracyjne, ze specjalną zniżką wobec kursów dla początkujących.

Akcja POS i wychowania fizycznego w wojsku jest bezpłatna.

Na terenie Ośrodka odbywa się przeciętnie rocznie ponad 100 imprez i zawodów sportowych. Praca codzienna trwa od godz. 7 rano do godz. 22 wieczorem. Przeciętna dzienna frekwencja 300 osób.

Charakter pracy Ośrodka obok poważnego fachowego ujęcia posiada cechę radości życia, tak mało jeszcze na ogół docenianą wartość wychowawczą.

Aby zapewnić wysoki poziom higieniczny i zdrowotny uprawiania ćwiczeń — każda sala obok szatni posiada natryski i umywalnie, a zespoły ćwiczące otoczone są opieką lekarską.

Przy Ośrodku znajduje się wycieczkowe schronisko na 36 łóżek za bardzo niską opłatą 50 gr dziennie, dla popierania turystyki i umożliwienia biedniejszym klubom i stowarzyszeniom organizowania zawodów i imprez z pozamiejscowymi klubami.

Również na terenie ośrodka odbywają się obozy treningowe przed olimpiadami, poważniejszymi spotkaniami międzynarodowymi lub też mające na celu unifikację wyszkoleniową.

Tak więc dzięki istnieniu i pracy Okręgowego Ośrodka W. F. w Poznaniu, każdy klub wzgl. zespół na obszarze Okręgu Wielkopolskiego posiada przeszkolonych kilku swych członków, z których wielu jest obecnie instruktorami lub kierownikami sekcji; zwiększyło się wybitnie zrozumienie społecznego i państwowego znaczenia akcji w. f. i na jej tle sportu zawodniczego. Niektóre zaś działy sportu reprezentujące Wielkopolskę i Poznań, jak boks, szermierka, piłka ręczna i częściowo lekka atletyka oraz prawie cała zaprawa zimowa najlepszych piłkarzy, hokeistów, lekkoatletów itd. — opierają się głównie o Ośrodek W. F. znajdując tam najlepsze warunki treningowe.

Z działalnością Okr. Ośrodka W. F. — jest ściśle związana akcja obozów letnich. Dwa obozy stałe O. K. VII. w Rozewiu nad Bałtykiem i w Sierakowie, powiat Międzychód, — przyczyniają się walnie do pomnożenia zdrowia młodzieży, umiłowania morza oraz wychowania coraz to nowych zastępów zamiłowanych sportowców oraz instruktorów w. f.

Obóz w Rozewiu — doskonale zagospodarowany, przeszkolił w bież. roku około 300 kobiet i 1500 młodzieży męskiej, chłonącej wraz z ożywczym wiatrem od morza nie tylko tężyznę, moc i jędrność fizyczną; zwiedzając w licznych wycieczkach całe polskie wybrzeże — nauczyła się ta młodzież tej prawdziwej do morza miłości i wieczne z Bałtykiem zawarła śluby.

Obóz w Sierakowie przepięknie położony wśród lasów, pagórków i jezior, ma dobrze urządzoną pływalnię z plażą i boiska do wszelkich sportów. Posiada dobre warunki sanitarno-zdrowotne — a nawet własne wodociągi i elektrownię. To też w bież. roku aż 6 obozów ogólno-polskich — obrało sobie Sieraków za czasową, letnią siedzibę. Z całego obszaru Rzeczypospolitej młodzież szkół średnich i młodzież Jun. Hufców Pracy, instruktorzy Policji Państwowej, obóz hokeja na trawie, robotnice fabryczne i harcerze przed swym wyjazdem na światowe zawody do Holandii, — wszyscy w obozie sierakowskim najlepiej się czuli. Jeżeli dodamy do tego całe mnóstwo obozów lokalnych Wielkopolski — to łatwo zrozumiemy — jak liczne szeregi 3000 sięgające, w Sierakowie obozowały. Te rzesze młodzieży przepłynęły przez obozy w oddzielnych grupach i turnusach dla chłopców i dziewcząt.

Tak wygląda praca wychowania fizycznego w Okręgu Wielkopolskim.

GDZIE SĄ OLD-BOYE?

Nie możemy się niestety poszczycić, aby nasze starsze społeczeństwo, wzięte jako całość, rozumiało i popierało ideę wychowania fizycznego. Ten brak poparcia daje się zauważyć szczególnie wśród pracującej inteligencji. Rzadko można znaleźć w wymienionej warstwie społeczeństwa jednostki, któreby poświęcały regularnie pewną ilość czasu na pracę nad rozwojem fizycznym. Jest to objaw tym przykrzejszy, że właśnie ta grupa ludzi, z natury zajęcia jest skazana na bezruch. Nie tu się będziemy rozwodzić nad korzyściami, wypływającymi z regularnego uprawiania sportu. Ze swej strony chciałem zainteresować czytelników przyczynami, które powodują zaniedbanie wychowania fizycznego w starszym społeczeństwie.

Przypuszczam, że nie będę daleki od prawdy, rozkładając wyżej wspomniane przyczyny na dwie grupy. Pierwsza, zależna jest od tych właśnie, którzy swą sprawność zaniedbują z własnej winy, czy też z winy okoliczności; druga zależna jest od organizacji sportowych. Jeżeli chodzi o tę drugą przyczynę, to sedno sprawy leży w tym, że organizacje sportowe pragną być tylko klubami sportowymi, a nie stowarzyszeniami w. f., to też gromadzą element ludzki przeważnie młodszy, pełen zapału i ambicyj, chcący uprawiać to, co nosi nazwę sportu zawodniczego, dążący do osiągnięcia wygórowanych rekordów, do walki i zwycięstwa.

Każdy klub chcąc wykazać się jak największą ilością wyśrubowanych wyników, tabelą odniesionych zwycięstw, zaniedbuje, a nieraz i całkiem lekceważy propagandę w. f. wśród starszego pokolenia, które nigdy nie stanie do walki z młodszym, pełnym sił żywotnych przeciwnikiem, z szansami na zwycięstwo. Że tak jest, niech będzie dowodem całkowity brak w klubach zespołów oldboyów.

Kroplą w morzu jest tu praca Ośrodków WF., które oprócz zaprawy czysto sportowej dla ludzi młodych, organizują również oddzielne zupełnie komplety zaprawy dla starszych.

Wina całego starszego pokolenia, wszystkich tych, którzy nie mają ambicyj sportowych, leży w tym, że nie domagają się oni swych praw, nie naciskają na miejskie i powiatowe komitety WF. i że wreszcie sami swe potrzeby lekceważą.

Brak jest specjalnego stowarzyszenia, które zajęłoby się racjonalną zaprawą cielesną dla tych wszystkich, którzy nie mogą, czy nie chcą uprawiać czynnie sportu zawodniczego. Organizacja taka na pewno przyjęta zostałaby z dużym zadowoleniem.

Tadeusz Dąbrowski.

TYDZIEŃ PO TYGODNIU

Rozegrany w Warszawie **mecz piłkarski pomiędzy reprezentacjami Polski i Danii, zakończył się** (jak o tym piszemy na innym miejscu) **zasłużonym zwycięstwem Polski 3 : 1 (2 : 1).**

Tego samego dnia, **druga reprezentacja Polski,** złożona w większości z graczy młodych, **rozegrała w Sofii mecz piłkarski z reprezentacją Bułgarii, remisując** po dramatycznej walce **3 : 3 (1 : 2).**

Drużyna Polska wystąpiła w następującym składzie: — **Pawłowski, Böttcher (Giemza), Twórz, Góra, Wasiewicz, Dytko, Korbas, Piątek, Wostal, Artur i Kisieliński** (w czasie gry **Böttchera** zastąpił **Giemza** oraz zmieniono zestawienie napadu przesuwając **Korbasa** na środek, **Wostala** na prawego i **Piątka** na lewego łącznika, a **Artura** na skrzydło).

Gra stała naogół na niezbyt wysokim poziomie, do czego częściowo przyczyniło się fatalne boisko. **Drużyna polska grała b. ambitnie,** nie załamała się w chwili gdy Bułgarzy prowadzili już 3 : 1, odwrotnie, przy odrobinie szczęścia mogła rozstrzygnąć spotkanie na swoją korzyść. Początkowe zdenerwowanie i trema ustąpiły z czasem, tak, że **po pauzie Polacy posiadali wyraźną przewagę.** Bramkarz **Pawłowski** początkowo bronił fatalnie, później uspokoił się i po przerwie obronił cały szereg groźnych strzałów. W obronie **zawiódł Böttcher,** którego musiano zastąpić **Giemzą.** W tym zestawieniu obrona polska grała już znacznie lepiej.

Na pierwszy plan **w pomocy wysunął się Wasiewicz,** któremu godnie sekundował **Dytko. Góra zawiódł** przed przerwą, później nieco się rozegrał.

Atak początkowo grał bardzo słabo, po zmianie miejsc zaczął grać o klasę lepiej.

Korbas, słaby na skrzydle, **po przejściu na środek był najlepszym graczem i strzelił wszystkie 3 bramki.** Piątek i Wostal zadowolili naogół, Artur i Kisieliński zawiedli.

Bułgarzy grają szybko, energicznie, strzelają pod bramką, ale naogół zawiedli i przy nieco większym szczęściu Polaków, **powinni mecz ten przegrać.** Podkreślić należy, że wbrew przewidywaniom **grali ostro, ale nie brutalnie.**

Przebieg gry początkowo zapowiada się niewesoło; już w 3-ciej minucie **Boboff,** z winy źle ustawionej obrony polskiej, **strzela pierwszą bramkę dla Bułgarii.** Polacy zdopingowani zaczynają atakować i **w 7 min. Korbas wyrównuje,** wykorzystując podanie Kisielińskiego.

Po szeregu zmiennych ataków **Bułgarzy strzelają w 29 min. drugą bramkę** po niefortunnym wybiegu Pawłowskiego. Polacy grają coraz lepiej i energiczniej, ale nie potrafią wykończyć swoich akcji.

Natomiast **Bułgarzy strzelają** przez Jordanoffa **trzecią bramkę.** Ale na tym koniec. **Polacy strzelają coraz częściej, w 29 min. Korbas** dalekim strzałem **zdobywa 2-gą, a w chwilę później,** po strzale Kisielińskiego, **3-cią bramkę,** ustalając wynik meczu.

Do końca gry zarówno Polacy, jak i Bułgarzy mają okazję podwyższyć wynik. Mimo to dzięki ofiarnej grze obu drużyn, wynik pozostaje bez zmiany.

Meczowi przyglądało się około 18.000 widzów. Obecni byli m. inn. **poseł R.P. w Bułgarii min. Tarnowski, poseł bułgarski w Warszawie min. Trojanow i prezes Bułgarskiego Kom. Ol. gen. Łazarow.** Sędziował p. Popowicz z Białogrodu.

*

W Wiedniu rozpoczął się w piątek **mecz tenisowy o puhar środkowo europejski pomiędzy Austrią i Polską.** Pierwsze spotkanie pomiędzy **Wittmanem i Redlem,** przyniosło zasłużone **zwycięstwo Wittmanowi w stosunku 6 : 1, 7 : 5, 6 : 2. Wittman grał bardzo regularnie i ambitnie.**

Drugie spotkanie — pomiędzy **Hebdą i Baworowskim miało nieoczekiwany przebieg.** Pierwsze dwa sety, rozgrywane w czasie deszczu, **przegrywa Hebda 1 : 6, 2 : 6,** poczym mecz **zostaje przerwany z powodu ulewy.** Następnego dnia deszcze pada bez przerwy, tak, że **dopiero w niedzielę rozpoczął się 3-ci set** tego meczu.

Hebda wygrał 6 : 4, a w secie 4-tym, przy stanie 2 : 1 dla Baworowskiego, musiano mecz ponownie przerwać z powodu deszczu. W poniedziałek udało się wreszcie doprowadzić to pechowe spotkanie do końca. Czwartego i decydującego seta **wygrał Baworowski 6 : 4,** wygrywając **tym samym mecz.** Rozegrano również spotkania w grze **podwójnej. Para Spychała — Tłoczyński** wygrała z parą **Brosch — Redl 6 : 2, 6 : 4, 6 : 4,** natomiast **Hebda z Warmińskim** przegrali z parą **Metaxa — Baworowski 0 : 6, 2 : 6, 2 : 6.**

Pozostały jeszcze do rozegrania dwa spotkania w grach pojedynczych.

*

Jadwiga Jędrzejowska, po szeregu sukcesów, odniesionych **na tenisowych mi-**

POLSKA — DANIA.



Hurrah! Polska strzeliła gola!

strzostwach Stanów Zjednoczonych w Forest Hills, **przegrała** w finale gry pojedynczej pań z Chilijką **Anitą Lizana** w stosunku **4 : 6, 2 : 6.** Walka była tak zacięta, że Lizana, po wygraniu spotkania, zemdlała z wyczerpania.

W finale gry pojedynczej panów Amerykanin **Donald Budge** potwierdził swoją opinię najlepszego tenisisty świata, bijąc Niemca **Cramma** po zaciętej grze w pięciu setach **6 : 1, 7 : 9, 6 : 1, 3 : 6, 6 : 1.**

*

Ostatni etap **wyścigu kolarskiego Dookoła Węgier** (5 etapów — 1024 klm) przyniósł kolarzom polskim przykrą niespodziankę. **Drużyna polska,** 100%-owy faworyt w klasyfikacji drużynowej, **przegrała wyścig różnicą 15 sek.** Stało się to z powodu wyjątkowego pecha, jaki prześladował **najlepszego kolarza wyścigu — Napierałę.**

Tuż przy starcie **Napierała przebił gumę** i po reperacji **zaczął gonić** uciekającą **czołówkę.** Równocześnie w zamieszaniu jeden z kolarzy-turystów węgierskich w zderzeniu z Moczulskim połamał mu szprychy w kole, uniemożliwiając ewentualną pomoc Napierale.

Przez 175 klm Napierała gonił samotnie czołową grupę kolarzy, jadąc z szybkością około 35 klm/godz. Był moment, że **zbliżył się on do uciekających na odległość 250 metr.** Niestety, stopniowo **zaczął tracić siły** i zostawał coraz to bardziej z tyłu.

Po przybyciu na metę okazało się, że w ostatecznej **klasyfikacji drużynowej Polska zajęła drugie miejsce** o 15 sek za zwycięską **drużyną węgierską, a przed** Austrią i Rumunią. **W klasyfikacji indywidualnej Wasilewski zdobył 2-gie miejsce za Austriakiem Strakati, a Ignaczak — 5-te.**

Na ogół, pomimo porażki, wyprawa na Węgry, nie może być uznana za nieudaną. **Kolarze polscy pełną poświęcenia i solidarności koleżeńskiej jazdą,** dowiedli, że potrafią walczyć o honor drużyny, rezygnując z osobistych ambicji.

*

W Katowicach odbyły się międzynarodowe zawody lekkoatletyczne z udziałem zawodników węgierskich, austriackich i niemieckich.

Ciekawsze wyniki przedstawiają się następująco: **100 mtr. panów — Kovacs (Węgry) w czasie 10,6** przed Zasłoną 10,7 sek., 200 mtr. — **Kovacs 21,9** przed zasłoną 22,4 sek., 1.500 mtr. — **Staniszewski** 4 : 8,4. W biegu na **400 mtr.** Węgier **Vadas wygrał nieoczekiwanie z Gąssowskim** w czasie 49,6 sek. Na **800 mtr. triumfował Kucharski** bijąc w słabym stosunkowo czasie 2 min. Austriaka Eichbergera. Najciekawszym punktem program był **bieg na 5.000 mtr.,** zakończony efektownym zwycięstwem **Nojiego** nad Węgrem **Kelenem** w czasie 15 : 18,8.

W skoku o tyczce **Sznajder** i **Hartman** (Niemcy) podzielili się miejscami, skacząc po 3.80. Kulę wygrał **dr. Daranyi** (W) 15.19, **w rzucie młotem Kocot ustanowił nowy rekord Polski,** rzucając **45 mtr. 33 ctm.** (o 99 ctm. lepiej od poprzedniego rekordu Węglarczyka).

W konkurencjach kobiecych **Wajsówna** wygrała rzut dyskiem 39.78, a setkę Hieronimówna w 13,7 sek.

*

W Łodzi rozegrany został bieg **maratoński o mistrzostwo Polski.**

Sensacyjne zwycięstwo odniósł **Przybyłko** (Rezerwa Warszawa) w **rekordowym czasie** 2 godz. 37 min. 2 sek., bijąc o 8 min. faworyta Marynowskiego.



Bolesław Napierała.

3-cim był Głuszcz (o dalsze 7 min. za zwycięzcą).

Startowało 11 zawodników; bieg ukończyli wszyscy. Warto zaznaczyć, że Przybyłko liczy sobie **35 lat** i przed dwoma laty był już mistrzem Polski w maratonie, a w roku ubiegłym zdobył tytuł wice-mistrza.

*

Również w Łodzi rozegrany został **10-ciobój lekkoatletyczny o mistrzostwo Polski,** do którego zgłosiło się 7 zawodników. O tytuł mistrzowski stoczyli zaciętą walkę dwaj koledzy klubowi: **Gierutto** i **Hanke.** Ostatecznie **zwyciężył Gierutto,** uzyskując **6630 pkt** (rekord życiowy) mimo wygrania tylko 4 konkurencji, podczas gdy Hanke wygrał 5 konk.

Jednocześnie odbyły się mistrzostwa Polski w sztafetach.

W sztafecie 3 × 1000 mtr. triumfowa- Polonia (Warszawa) w czasie 3 min. 30,4 sek. przed AZS-em (W-wa) i Warszawianką.

W sztafecie 3 × 1000 mtr. triumfowała Cracovia w 8 min. 10,5 sek. przed Polonią i Warszawianką I.

*

Reprezentacja Śląska pokonała w Wielkich Hajdukach **Reprezentację Górnej Austrii 7 : 2 (3 : 1).** Wyróżniła się środkowa trójka ataku śląskiego Wiechoczek, Peterek i Pytel.

*

W meczu lekkoatletycznym reprezentacja Grudziądza pokonała reprezentację Bydgoszczy.

W ramach tych zawodów Walasiewiczówna zaatakowała rekord światowy w 5-cio boju. Próba nie powiodła się, niemniej Walasiewiczówna ustanowiła nowy rekord polski, uzyskując 354 pkty, gorszy od rekordu światowego tylko o 3 pkty. Poszczególne wyniki: 100

POLSKA — DANIA.



Wilimowski w walce z Sörensenem

mtr — 10,9 sek., skok w dal — 5.71, wzwyż — 1.39, kula — 10.54 i oszczep— 36.04.

*

W Katowicach rozegrany został **mecz bokserski** pomiędzy **reprezentacjami śląska i Poznania,** zakończony na remis 8 : 8. Z ciekawszych walk należy wymienić wysokie **zwycięstwo Szymury** (P) z Wrazidłem, **Maneckiego** (Śl) z Vogtem oraz **remis Klimeckiego** (P) z **Piłatem.**

*

Z okazji **15-tolecia Pom. Okr. Zw. Piłki** Nożnej odbył się w Bydgoszczy mecz piłkarski pomiędzy **reprezentacją Pomorza,** a **stołeczną Warszawianką.** Zwyciężyła **repr. Pomorza 3 : 0 (2 : 0).**

Reprezentacja **Krakowa pokonała w meczu o puchar P. Prezydenta R.P.** reprezentację **Wilna 2 : 1 (1 : 1)** kwalifikując się do finału.

*

Pogoń lwowska bawiła w Czerniowcach, gdzie rozegrała dwa mecze. Pierwszego dnia **Pogoń** wygrała **z Wawelem 9 : 1 (5 : 0),** a następnego dnia **uległa** mistrzowi Bukowiny — **Dragosz Voda 0 : 2 (0 : 1).**

*

W zawodach wioślarskich **o mistrzostwo Sekwany,** wioślarz polski **Jerzy Keppel pokonał** swojego pogromcę z ubiegłego tygodnia — **Saurina, zdobywając mistrzostwo Sekwany.**

*

W dniach 17—19 bm rozegrany zostanie w Belgradzie towarzyski **mecz tenisowy Polska—Jugosławia.** Mecz obejmować będzie 4 gry pojedyncze i jedną podwójną. Ze strony polskiej wystąpią **Hebda i Tłoczyński,** a ze strony Jugosławii **Pallada i Puncec** w grze pojedynczej, a **Kukulievic-Mitic** w grze podwójnej.

*

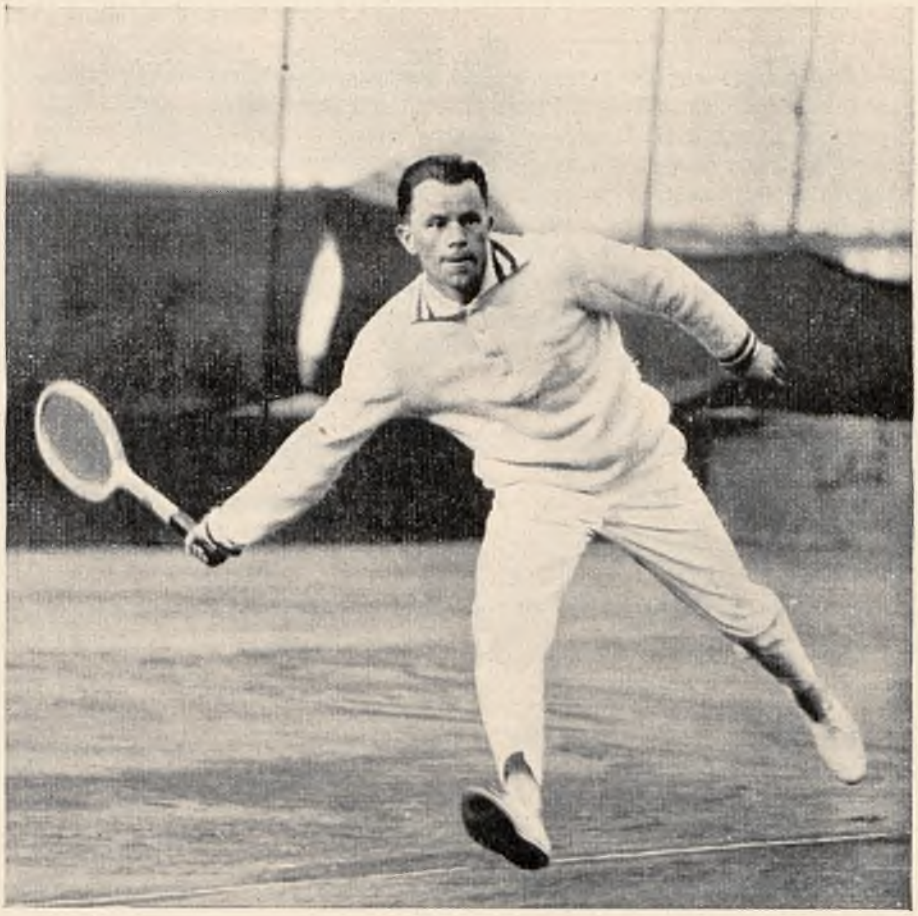
W dniach 14 — 19 bm rozegrany zostanie kolarski **wyścig szosowy „do Morza polskiego" Im. Marszałka Piłsudskiego.** Wyścig ten rozegrany będzie w pięciu etapach na ogólnej trasie 967 km.

Program wyścigu przedstawia się następująco:

14 bm — **I etap, Warszawa — Grudziądz 241 km,** 15 bm — **II etap** Grudziądz — Gdynia 170 km, 16 bm **odpoczynek w Gdyni i uroczystość nabrania wody z morza,** 17 bm — **III etap** Gdynia — Chojnice 181 km, 18 bm — **IV etap** Chojnice — Włocławek 189 km, 19 bm — **V etap** Włocławek — Warszawa 186 km.

Do wyścigu zgłosiło się 40 czołowych kolarzy. Organizacją zajmuje się warszawski związek kolarski.

*



Józef Hebda

WYTYCZNE PUWF i PW

W uzupełnieniu wytycznych dla związków sportowych wydanych w maju b. r. P.U.W.F. i P.W. ogłosił ostatnio dodatkowe zarządzenie, zajmując stanowisko wobec kilku aktualnych, a dotychczas nie uregulowanych zagadnień związanych z życiem sportowym społeczeństwa. Treść tego zarządzenia obejmuje m. in. następujące sprawy:

uregulowanie sprawy bezpłatnych wstępów na imprezy sportowe na tej zasadzie, że do bezpłatnego wstępu uprawnieni są jedynie: a) zawodnicy i członkowie instytucji organizującej, czynnie zatrudnieni przy przeprowadzeniu imprezy, b) sędziowie sportowi, c) dziennikarze sportowi zrzeszeni w Zw. Dz. Sp. R. P., d) przedstawiciele władz bezpieczeństwa, przybywający służbowo, e) delegaci P.U.W.F. i P.W. do związków w tych gałęziach sportu, w których pełnią funkcję. Wszystkie inne osoby mogą korzystać jedynie z biletów ulgowych; żądanie biletów bezpłatnych — od kogokolwiek pochodzi — jest nieuzasadnione. Ustalając powyższą zasadę P.U.W.F. i P.W. daje organizacjom sportowym podstawę do bronienia swych interesów materialnych. Im więcej bowiem biletów wolnych, tym większe szanse deficytu w kasie.

Ze względu na znaczenie propagandowe filmów z zakresu w. f. i sportu P.U. W.F. i P.W. poleca udzielać jak najdalej idącej pomocy kinooperatorom, którzy wykarzą się odpowiednim zaświadczeniem P.U.W.F. i P.W. Jest to wyrazem poglądu, że dobre filmy sportowe stanowią doskonałą propagandę, której prowadzenie leży zawsze w interesie organizatorów imprez. Niezbędna jest jednak kontrola nad filmami „sportowymi" w celu przeszkodzenia produkcji filmów, które skutkiem nieumiejętnego podejścia do tematu mogą stać się narzędziem mimowolnej antypropagandy sportu.

Wytyczne ustalają, że członkowie stowarzyszeń p. w. należący równocześnie do klubów sportowych, w zawodach podlegających kontroli związków sportowych mogą brać udział jedynie w barwach klubu sportowego. Organizacje p. w. nie powinny organizować swoich własnych rozgrywek sportowych, poza wewnętrznymi i towarzyskimi. Sekcje o odpowiednim poziomie powinny być zgłaszane do związków sportowych i brać udział w zawodach w ramach rozgrywek związkowych. Sprawa ta w praktyce bywała dotąd często powodem daleko idących nieporozumień i sporów, odbijających się niekorzystnie na całokształcie życia sportowego.

Osobny punkt jest poświęcony stosunkowi klubów do prasy sportowej. Brzmi on następująco: „W razie jakichkolwiek zatargów klubów z przedstawicielami prasy sportowej, należy postępować w myśl „Wytycznych prac dla Związków Sportowych" wydanych przez P.U.W.F. i P.W., a więc kierować sprawę w pierwszym rzędzie do właściwego oddziału „Związku Dz. Sport. R. P.".Nie może mieć miejsca jednostronne załatwienie sprawy ze strony klubów, wyrażające się w uniedostępnianiu dziennikarzom sport. wejścia na imprezy sportowe i uniemożliwieniu w ten sposób pełnienia obowiązków dziennikarskich.

KOMUNIKATY

Przychylając się do prośby naszej redakcji, Dyrektor PUWF i PW pismem Nr 095—5 Pras z 13 bm. zawiadomił nas, iż postanowił zarządzenia Urzędu, odnoszące się do życia sportowego, podawać nam do wiadomości. Będziemy zatem mogli informować o nich naszych czytelników natychmiast po ich ukazaniu się.

*

Polski Związek Lekkoatletyczny postanowił zaprzestać rozsyłania komunikatów oficjalnych Związku podległym organizacjom; będą one od tej chwili drukowane w „Sporcie Polskim".

*

Identyczną uchwałę powziął Polski Związek Hokeja na Lodzie.

KOMUNIKAT NR. 1 POLSKIEGO ZWIĄZKU LEKKOATLETYCZNEGO.

Na zebraniu Zarządu PZLA w dniu 7 bm. Prezes Zarządu inż. Znajdowski podał się do dymisji, Zarząd zaś PZLA solidaryzując się z nim postanowił również ustąpić i w związku z tym zwołuje się na dzień 10 października 37 r. do Warszawy (w lokalu KS „Polonia" ul. Chmielna 2) Nadzwyczajne Walne Zebranie PZLA (godzina 10-ta).

Zarząd PZLA za notoryczną niesubordynację w stosunku do Władz Okręgu, ukarał zawodnika Tilgnera karą dyskwalifikacji na 1 rok, począwszy od dnia 11.6.37.

PUWF i PW KOMUNIKUJE.

Na skutek stanowiska, zajętego wobec PUWF i PW przez prezesa PZLA w enuncjacjach prasowych, Dyrektor PUWF i PW postanowił odwołać swego delegata do związku mjr. Uhacza; decyzja ta nie oznacza wszakże bynajmniej zmiany stosunku Urzędu do sportu lekkoatletycznego, który nadal będzie korzystać z jego poparcia.

INSTRUKCJA O PRZEJAZDACH KOLEJOWYCH.

Ministerstwo Komunikacji i Państwowy Urząd Wych. Fiz. i Przysp. Wojsk. wydały przepisy o ulgowych przejazdach kolejowych w celach wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego. Przepisy te otrzymały wszystkie zainteresowane instytucje, związki i organizacje.

Główne i ogólne zasady brzmią:

Tabela 9 (75% ulgi przysługuje): a) uczestnikom obozów i kursów wypełniających bezpośrednio programy P.W. i W.F., wskazane przez PUWF, b) uczestnikom kursów instruktorskich, organizowanych przez organizacje P.W. i Państwowe Związki Sportowe lub ich organy, c) instruktorom organizacyj P.W. i Państwowych Związków Sportowych, przy ich przejazdach dla celów tylko wyszkoleniowych i inspekcyjnych.

Tabela 8 (66% ulgi) przysługuje uczestnikom kursów Związków Sportowych, przygotowujących kandydatów na instruktorów, przy przejazdach zbiorowych; przy przejazdach indywidualnych obowiązuje tab. 7 (50%).

Tabela 7 (50% ulgi) — otrzymują zawodnicy na zawody Zw. Sport. o mistrzostwo Polski wzgl. międzynar., oraz równorz.; na inne zawody otrzymują tylko 33%.

Zaświadczenia na ulgowe przejazdy przydziela PUWF i jego organy na podstawie ustalonego i zatwierdzonego planu prac.

Wszystkie inne zniżki przy przejazdach na obozy i kursy o charakterze masowym, wypoczynkowym, usprawnienia osobistego, początkujące, wyrajowe (weekend), turystyczne itp. załatwia Min. Kom.; PUWF jedynie opiniuje.

CZY SIĘ ZNASZ ? CZY SIĘ POZNASZ ?

Zgodnie z życzeniem licznych czytelników, proszących o przedłużenie terminu nadsyłania kuponów konkursowych, postanowiliśmy zdjęcia konkursowe umieszczać w przyszłości co dwa tygodnie; tym samym termin nadsyłania odpowiedzi przedłużamy o cały tydzień. Kupony, zawierające odpowiedź na zagadkę Nr 2, będą mogły być wysyłane do redakcji aż do soboty 18.IX włącznie.

HUMOR



Co znaczy dyscyplina sportowa!

Redakcja: ul. Myśliwiecka 3 godz. 9-15 i 17-20 tel. 8-63-66.
Warszawa
Administracja: Pl. J. Piłsudskiego 1 godz. 9-15 tel. 2-00-55.

Prenumerata roczna — 12 zł, dla klubów zrzeszonych w Zw. Pol. Zw. Sport. — 10 zł.
Pocztowe konto rozrachunkowe Nr 118

Ogłoszenia: 1/1 — 100 zł, 1/2 — 60 zł, 1/4 — 35 zł, 1/8 20 zł.

Redaktor przyjmuje we wtorki i piątki od 17 — 19

REDAKTOR: WIKTOR JUNOSZA-DĄBROWSKI
WYDAWCA: „KULTURA FIZYCZNA"

Zakł. Graf. „NASZA DRUKARNIA", Warszawa, Sienna 15.